

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
г. Дзержинска Нижегородской области

Всероссийский конкурс лучших психолого-педагогических программ и технологий в
образовательной среде - 2022

Образовательная психолого-педагогическая программа
«Встречи в Беседке»
(повышение уровня психологической культуры и психологической
компетентности приемных родителей)



Авторы: Ивушкина Ирина Викторовна, педагог –
психолог МБУ ДО «Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи» г. Дзержинска
Нижегородской области, высшая категория.

Плеухина Наталья Евгеньевна, педагог-психолог
МБУ ДО «Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи» г. Дзержинска
Нижегородской области, высшая категория.

Сайт: <https://пмс.рф>

Телефон: +7 (8313)26-02-11

Электронная почта: ourpms@mail.ru

Руководитель: Лагунова Ирина Николаевна



г. Дзержинск, 2022 г.

Содержание

1.	Паспорт программы	3
2.	Аннотация программы	7
3.	Описание проблемной ситуации. Цели и задачи	8
4.	Целевая аудитория	10
5.	Цели и задачи программы	10
6.	Сроки, этапы и алгоритмы реализации программы	11
7.	Методическое обеспечение программы	11
8.	Критерии оценки достижения планируемых результатов	15
9.	Ожидаемые результаты	15
10.	Описание программных мероприятий	16
11.	Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы	23
12.	Описание сфер ответственности	24
13.	Система организации внутреннего контроля	25
14.	Факторы, влияющие на достижение результатов	26
15.	Сведения о практической апробации программы	26
16.	Ограничение применения программы и предложения по ее дальнейшему использованию	29
17.	Список литературы	30
18.	Приложения	
18.1	Приложение 1. Сравнительный анализ работы Школы Замещающих Родителей 2020 - 2022гг.	32
18.2	Приложение 2. Тест-опросник родительского отношения А.Я. Варга, В.В. Столин	34
18.3	Приложение 3. Анкета «Обратная связь»	40
18.4	Приложение 4. Конспекты занятий	41
18.5	Приложение 5. Игры и упражнения	94
18.6	Приложение 6. Блокнот – мотиватор	99
18.7	Приложение 7. Настольные игры: «Мульт – эмоции» и «Когда все дома»	106
18.8	Приложение 8. Книга отзывов и предложений	125

1. Паспорт программы

Авторы - разработчики программы	Плеухина Наталья Евгеньевна, Ивушкина Ирина Викторовна - педагоги - психологи МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Дзержинска
Наименование программы	Образовательная психолого-педагогическая программа « Встречи в Беседке» (повышение уровня психологической культуры и психологической компетентности приемных родителей)
Уровень образования по №273-ФЗ "Об образовании в РФ", ред. от 16.04.2022	Дополнительное образование взрослых
Вид программы в соответствии с профстандартом "Педагог-психолог (психолог в сфере образования)"	Образовательная (просветительская) психолого-педагогическая программа
Целевая аудитория	<p>Действующие приемные семьи, среди них:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Опекуну (попечители) имеющие родственные связи с ребенком; - Опекуну (попечители) не имеющие родственные связи с ребенком; - Приемные родители, имеющие родственные связи с ребенком; - Приемные родители, не имеющие родственные связи с ребенком; - Усыновители; <p>Кандидаты в приемные родители - граждане, желающие усыновить или принять в свою семью на воспитание детей-сирот, или детей оставшихся без попечения родителей; бабушки (дедушки) или родственники, не проходившие ШПР.</p> <p>Программа может быть полезна педагогам-психологам и другим специалистам, которые занимаются процессом сопровождения замещающих семей.</p>
Сфера применения	Профессиональное и/или дополнительное образование взрослых

Проблемная ситуация, на решение которой направлена программа	Направлена на профилактику трудностей, возникающих у замещающих родителей в воспитании и социализации детей и предупреждение отказов от детей, принятых на воспитание в семью.
Цели программы:	Организация социально-психолого-педагогического просвещения замещающих родителей.
Задачи программы:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Повысить психолого-педагогическую компетентность принимающих родителей; 2. Развивать эффективные способы коммуникации приемных родителей с ребенком, с другими членами семьи и социумом; 3. Усилить ресурсность семьи, способствовать профилактике эмоционального выгорания замещающих родителей; 4. Оказать помощь кандидатам в оценке сильных и слабых сторон их воспитательной позиции.
Краткая характеристика основного этапа программы	<p>Программа рассчитана на 10 занятий, реализуется в течение одного года в соответствии с тематическим планом. Занятия проводятся 1 раз в месяц. Используются в основном групповые формы работы: занятия с элементами тренинга, практикумы, игровые программы и т.п. Также проводятся семинары-практикумы с привлечением приглашенных специалистов, которые могут быть запланированными заранее, а могут быть проведенными внепланово по запросу участников клуба.</p> <p>Занятия представленной программы имеют определенную структуру – включают в себя ритуалы, которые не меняются на протяжении всего времени.</p> <p>Во время занятия участники сидят в кругу. Круг – это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям участников, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.</p> <p>Первая часть (1 час) - образовательная, которая включает предоставление информации на определенные темы, связанные с воспитанием приемного ребенка, а также обучение родительским навыкам.</p> <p>Вторая часть (1 час) проводится в форме группы взаимопомощи, в ходе которой участники делятся своим личным опытом, обсуждают интересующие их вопросы.</p>

	<p>Обязательными становятся ритуалы приветствия и прощания, которые могут проводить сами участники (в роли ведущих) по очереди и желанию.</p> <p>Формы работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● _____ консультации специалистов МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» города Дзержинска (педагога-психолога, клинического психолога, социального педагога, дефектолога) и приглашенных специалистов (по запросу родителей); ● _____ лекции и мини-лекции; ● _____ практические занятия ● _____ занятия с элементами тренинга ● _____ игровые практикумы ● _____ семинары <p><u>Методы и технологии:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ● _____ демонстрация мультимедийных материалов, презентаций, роликов; ● _____ элементы групповой дискуссии; ● кейс – технологии; ● имитационные и ролевые игры; ● настольные и напольные игры; ● элементы арт-терапии; ● техники и приемы саморегуляции; ● психогимнастика <p>Работа в Блокноте – мотиваторе.</p> <p>Вовлеченность в программу: информация и приглашение замещающих семей в программу происходит следующими способами:</p> <ul style="list-style-type: none"> - через личный контакт специалистов программы с замещающими семьями; - через распространение информации семьями - участниками программы (отзывы, впечатления); - через широкое информирование в сети интернет: https://r1.nubex.ru/s13325-20b/f3016_96/Программа%20для%20клуба%20приемных%20родителей.pdf <p>МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Дзержинска; - группа в ВК https://vk.com/shpr_doroga_k_domu</p> <ul style="list-style-type: none"> - информирование по телефону.
Критерии оценки достижения планируемых результатов	<p>Система организации оценки результатов программы предполагает отслеживание основных показателей, относящихся к особенностям родительских отношений и анализа эффективности работы клуба, исходя из анализа полученной обратной</p>

	<p>связи. Эмоциональное состояние всех участников программы отслеживается через наблюдение и осуществление диагностических процедур по следующим методикам:</p> <p>Тест – опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин) - Выявление особенностей родительского отношения к приемным детям, вопросам воспитания и общения с ними.</p> <p>Анкета «Обратная связь» (авторская) - Оценка удовлетворенности замещающими родителями работой Клуба</p> <p>Результативность Программы оценивается по количественным и качественным показателям.</p> <p><u>Количественные:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Результаты выявления особенностей родительского отношения к приемным детям, вопросам воспитания и общения с ними; 2. Результаты оценки удовлетворенности замещающими родителями работой Клуба (Анкета обратной связи предполагает баллирование). <p><u>Качественные:</u></p> <p>Субъективная оценка со стороны участников программы: устная обратная связь и письменные отзывы замещающих родителей в «Книгу отзывов и предложений».</p> <p>Эффективность программы «Встреча в Беседке» основана на разнообразии форм работы, что позволяет гибко реагировать на запросы участников программы, их особенности.</p>
Ожидаемые результаты реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> -повышение психолого-педагогической компетентности замещающих родителей; - оптимизация отношений внутри семьи и обучение новым способам конструктивного взаимодействия принимающих родителей; - исчезновение у замещающих родителей ощущения уникальности своих проблем в отношениях с приемными детьми; - снижение у замещающих родителей синдрома эмоционального выгорания; - налаженный контакт замещающей семьи со специалистами службы сопровождения и т. д.
Длительность реализации программы.	12 месяцев: 1 раз в месяц (2,5 – 3 часа)

Гиперссылка на программу	https://пмс.рф/shkola_priemnykh_roditelej/ http://dзrdd.ucoz.ru/index/dokumenty/0-134
--------------------------	--

2. Аннотация программы

Потребность в сопровождении замещающих семей становится все более явной в связи с увеличением общего числа замещающих семей и количества детей, принятых в различные виды семейного устройства.

В качестве одного из вариантов работы с семьями, принявшими на воспитание детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, мы предлагаем использовать такую форму профилактической деятельности, как клуб замещающих родителей.

Клуб замещающих родителей необходим, так как огромную помощь в процессе сопровождения играет общение с другими замещающими родителями.

Помощь и поддержку в воспитании детей родители могут получить благодаря комплексному сопровождению специалистов различного профиля, а также общению с другими родителями.

Таким образом, образовательная программа «Встречи в Беседке» направлена на профилактику трудностей, возникающих у замещающих родителей в воспитании и социализации детей и предупреждение отказов от детей, принятых на воспитание в семью.

Встречи в рамках данной программы позволят снять эмоциональную напряженность, получить поддержку и прояснить многие вопросы, возникающие в процессе адаптации приемных семей. Полученная информация во время этих встреч поможет понять, что происходящее с родителями, их ребенком, их чувства и переживания нормальны и не являются исключением. На встречах происходит обмен опытом по вопросам воспитания и развития детей.

Образовательная программа «Встречи в Беседке» предназначена для работы с действующими замещающими семьями и кандидатами в приемные родители, которые находятся в процессе ожидания долгожданного события: прихода приемного ребенка в семью.

Данная программа рассчитана на 10 занятий, реализуется в течение одного года в соответствии с тематическим планом. Занятия проводятся 1 раз в месяц. Используются в основном групповые формы работы: занятия с элементами тренинга, практикумы, игровые программы и т.п. Также проводятся семинары-практикумы с привлечением приглашенных специалистов, которые могут быть запланированными заранее, а могут быть проведенными внепланово по запросу участников клуба. Реализация программы предполагает 3 этапа. На подготовительном этапе проходит диагностика участников, выбор тематики встреч, с учетом запросов и актуальных потребностей участников группы. На основном этапе проводятся занятия в соответствии с тематическим планом. На заключительном этапе предполагается проведение анкетирования и итоговая диагностика с целью определения эффективности программы.

В основу данной программы легли исследования как отечественных, так и зарубежных психологов: Махнач А.В., Прихожан А. М., Толстых Н. Н., Andrea M. Jones, Eman Tadros, Elizabeth Molla, Ослон В. Н., Одинцова М. А., Боевнина Е. А., Barrett К. С., Polly-Almanza А. А., Orsi R. и др.

Программа «Встречи в Беседке» может быть полезна педагогам-психологам и другим специалистам, которые занимаются процессом сопровождения замещающих семей.

3. Описание проблемной ситуации

В реализации современной государственной социальной политики в области защиты детей-сирот обозначилась четкая и долгосрочная тенденция перехода на семейные формы жизнеустройства детей, оставшихся без родительского попечения, и развития института замещающей семьи. Развитие семейных форм воспитания детей-сирот вызвало необходимость создания в стране системы сопровождения замещающего семейного устройства. Интеграция ребенка-сироты из детского дома в замещающую семью порождает множество проблем. Для того чтобы свести объективные трудности этого процесса к минимуму, семье необходимо научно обоснованное, грамотное, профессиональное сопровождение, которое значительно облегчит и улучшит динамику взаимной адаптации ребенка-сироты и приемной семьи, повысит эффективность замещающей заботы.

На сегодняшний день проблема замещающего родительства приобрела острый характер в силу особого статуса детей, принятых в замещающие семьи, а также различных социальных и личностных характеристик членов замещающих семей. Особые трудности доставляет процесс адаптации ребенка – сироты в замещающей семье, обусловленный как депривационными расстройствами самих детей, так и проблемами функционирования «базисной» семьи, ее способности к изменениям и переходу на новый уровень развития уже в качестве замещающей семьи.

Актуальность проблем замещающего родительства относительно города Дзержинска Нижегородской области обусловлена увеличением числа заявителей, прошедших обучение в ШЗР (2020г. – 62 ч., 2021г. – 69 ч., 2022г. – 70ч.), количества приемных семей, взявших ребенка на воспитание (2020г. – приняли в свою семью 22 ребенка, 2021г. – приняли в свою семью 23 ребенка, 2022г. – приняли в свою семью 27 детей) и количества приемных родителей, обращающихся за консультативной помощью к специалистам (в 2020г. проведено 135 консультаций, 2021г. – 204 консультации, в 2022г. проведено 187 консультаций) (Приложение1).

На консультациях часто звучат следующие запросы: «я не справляюсь с его истериками; у нас постоянно в семье конфликты; все постоянно кричат, я устала; я, наверное, плохая мать, я постоянно раздражаюсь; дети часто говорят о своих кровных родителях; на нее все время жалуются воспитатели в садике (учителя в школе)».

Таким образом, можно выделить следующие категории проблем:

- проблемы снижения ресурса родителей;
- эмоциональное выгорание приемных родителей;
- проблемы эмоционально-волевой сферы;
- проблемы поведенческой сферы;
- вопросы о трудностях во взаимоотношениях между родителями и детьми;
- вопросы межличностной коммуникации и социализации у детей и подростков;

- вопросы компьютерной зависимости, оптимального времени взаимодействия ребенка с гаджетом и социальными сетями;
- вопросы взаимоотношений приемной семьи и кровных родственников.

Клуб замещающих родителей, на наш взгляд, является наиболее оптимальной формой работы с семьями, принявшими на воспитание детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. На встречах происходит обмен опытом по вопросам воспитания и развития детей. Полученная информация во время этих встреч помогает понять, что происходящее с родителями, их ребенком, их чувства и переживания нормальны и не являются исключением.

Клуб замещающих родителей – особая форма взаимодействия между участниками, предполагающая с одной стороны, взаимный обмен опытом, знаниями по проблемам развития и воспитания детей, способствующая углубленному пониманию и изменению некоторых жизненных представлений участников, с другой стороны, участники имеют возможность получить комплексное сопровождение специалистов различного профиля.

Цель клуба: организация социально-психолого-педагогического сопровождения замещающих родителей, направленного на профилактику трудностей в воспитании и социализации детей, воспитывающихся в замещающих семьях и предупреждение отказов от детей, принятых на воспитание в семью.

Задачи клуба:

1. Повышать психолого-педагогическую компетентность замещающих родителей в вопросах детско-родительских отношений и развивать эффективные способы коммуникации приемной семьи с различными представителями социума;
2. Оказывать помощь кандидатам в оценке сильных и слабых сторон их воспитательной позиции, усилении ресурсности семьи и профилактике эмоционального выгорания замещающих родителей;
3. Способствовать предупреждению вторичного сиротства посредством психолого-педагогического сопровождения конкретных семей, находящихся в сложных ситуациях.

Деятельность клуба замещающих родителей осуществляется в соответствии с профессиональным стандартом педагога-психолога в рамках реализации трудовой функции: «психологическое просвещение субъектов образовательного процесса в области работы по поддержке лиц с ограниченными возможностями здоровья, детей и обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации». [6]

Образовательная психолого-педагогическая программа «Встречи в Беседке» направлена на предупреждение трудностей в воспитании и социализации детей, воспитывающихся в приемных семьях, и профилактику вторичных отказов через просвещение, повышение уровня психологической культуры и психологической компетентности замещающих родителей.

4. Целевая аудитория

К целевой аудитории относятся действующие замещающие семьи и кандидаты в приемные родители, проживающие в г. Дзержинске и Нижегородской области.

Действующие приемные семьи, среди них:

- Опекунуны (попечители), имеющие родственные связи с ребенком;
- Опекунуны (попечители), не имеющие родственные связи с ребенком;
- Приемные родители, имеющие родственные связи с ребенком;
- Приемные родители, не имеющие родственные связи с ребенком;
- Усыновители.

Так же Клуб могут посещать изъявившие желание кандидаты в приемные родители - граждане, желающие усыновить или принять в свою семью на воспитание детей-сирот, или детей оставшихся без попечения родителей; бабушки (дедушки) или родственники, не проходившие ШПР.

5. Цели и задачи программы

Цель: организация социально-психолого-педагогического просвещения замещающих родителей.

Задачи:

1. Повысить психолого-педагогическую компетентность принимающих родителей;
2. Развивать эффективные способы коммуникации приемных родителей с ребенком, с другими членами семьи и социумом;
3. Усилить ресурсность семьи, способствовать профилактике эмоционального выгорания замещающих родителей;
4. Оказать помощь кандидатам в оценке сильных и слабых сторон их воспитательной позиции.

Отличительными особенностями программы являются:

❖ Формат клуба — поддерживающее, уютное пространство, в котором возможно в безопасной и дружественной атмосфере обсудить значимые родительские темы, узнать новую информацию, поделиться личным опытом, услышать занимательные истории, посмотреть на свои проблемы со стороны. В клубе все равны и каждый важен. Здесь признается ценность любого опыта. Здесь можно поговорить о том, что реально волнует.

❖ Данный клуб существует на базе МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» города Дзержинска, при межведомственном взаимодействии и сотрудничестве с органами опеки и попечительства администрации г. Дзержинска и ГКОУ «Дзержинский санаторный детский дом», где функционирует Школа замещающих родителей.

❖ Вовлеченность в программу: информация и приглашение замещающих семей в программу происходит следующими способами:

- через личный контакт специалистов программы с замещающими семьями;
- через распространение информации семьями - участниками программы (отзывы, впечатления);

- через широкое информирование в сети интернет:
<https://пмс.рф> – сайт МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Дзержинска
https://vk.com/shpr_doroga_k_domu группа в ВК
- информирование по телефону.

6. Сроки, этапы и алгоритмы реализации программы

Объем и срок освоения программы: 10 занятий в течение одного года (по тематическому плану) и семинары-практикумы с привлечением приглашенных специалистов (внепланово по запросу участников клуба).

Режим занятий: 1 раз в месяц (2,5 – 3 часа).

Формы обучения: Программа реализуется в основном через групповые формы работы. Также возможно использование отдельных тем при индивидуальной работе.

Этапы реализации программы:

1 этап – *подготовительный* (примерный срок – от 2 до 4 недель, в зависимости от количества участников программы).

Диагностика участников, выбор тематики встреч, с учетом запросов и актуальных потребностей участников группы. Составление тематического плана.

2 этап – *основной этап*. Занятия в соответствии с тематическим планом. Срок этапа - 10 месяцев.

3 этап – *заключительный* (примерный срок – от 2 до 4 недель, в зависимости от количества участников программы). На заключительном этапе предполагается проведение контрольного анкетирования с целью изучения эффективности проводимой работы, итоговая диагностика и составление аналитической справки.

7. Методическое обеспечение программы

В основу данной программы легли исследования как отечественных, так и зарубежных психологов.

Результаты отечественных и зарубежных исследований доказывают зависимость ресурсов семьи и устойчивости ее функционирования в процессе воспитания детей-сирот с кумулятивными травмами (Махнач А.В., Прихожан А.М., Толстых Н.Н.; Joanne Riebschleger, Angelique Day, Amy Damashek); эмоциональными (Robin C. Han, Christopher K. Owen, Corey C. Lieneman, Chery B. McNeil); трудностями в психологической адаптации (Andrea M. Jones, Tracy L. Morri.); нарушениями привязанности (Megan Miranda, Eman Tadros, Elizabeth Molla). [8]

В современных исследованиях в качестве специфических ресурсов опекунов выделяют, прежде всего, мотивацию, ориентированную на ребенка (Махнач А. В., Прихожан А. М., Толстых Н. Н.; Ослон В. Н., Одинцова М. А., Боенкина Е. А., Краснорядцева О. М., Щеглова Э. А., Бредун Е. В.); эмоциональную связь (Ослон В. Н.; Палиева Н. А., Савченко В. В., Соломатина Г. Н.), потребность в идентификации с ним (Ослон В. Н.), адекватность дисциплинарных мер, гибкость, эмоциональную устойчивость, чуткость (Morgan Cooley, Armeda Stevenson Wojciak, Heather Farineau, Ann Mullis), готовность сотрудничать с заинтересованными сторонами, устойчивость семьи (Котова Т. Е.;

Van Holen, Lynn Geys, Delphine West, Laura Gypen, Johan Vanderfaeillie; Melanie Randle), настойчивость и надежду (Keolebogile Betty Mosimege, Frederik Snyders). [8]

Важнейшим «носителем» жизнеспособности в замещающей семье является мать, т.к. именно она чаще, чем отец, принимает на себя «тяжесть приема» и от ее личностных ресурсов во многом зависит устойчивость всей семейной системы (Ослон В.Н.; Brian J. Taylor, Karen McQuillan; Taru Kekoni, Janissa Miettinen, Niina Häkälä, Anssi Savolainen).

Значительный интерес представляет модель жизнеспособности семьи В. Н. Ослон. «В основу модели положена идея «жизнеспособности семьи», т.е. ее возможности справляться со стрессом приема, мобилизовывать собственные ресурсы и ресурсы семьи, сохранять устойчивость и уверенность в своих силах, поддерживать здоровый уровень функционирования семьи, несмотря на различные вызовы в процессе осуществления замещающей семейной заботы». [7]

Идея психологического сопровождения замещающих семей основывается на современных представлениях о том, что преодоление нарушений привязанности или последствий психотравм, в особенности у детей, никогда не имевших положительного семейного опыта, не происходит просто само по себе путем помещения ребенка в новую семью (E. Frieberg). Специальные знания и энергия требуются от приемных родителей для того, чтобы у ребенка произошло объединение привязанностей — прежних и вновь возникающих в приемной семье, от опекунов - чтобы были созданы условия преодоления психологической травматизации ребенка. [8]

Как приемным родителям, так и опекунам необходимо заботиться о том, чтобы были построены отношения ребенка к своему прошлому и родителям (или их образам).

Приемная семья с такими задачами может не справиться без психологической поддержки и других видов помощи. Таким образом, ключевым условием адаптации и социализации ребенка, оставшегося без попечения родителей, становится медико - социальное и психолого-педагогическое сопровождение принимающих семей.

Данная программа разработана с опорой на следующие нормативно - правовые документы:

- Конституция Российской Федерации;
- Гражданский кодекс Российской Федерации;
- Семейный кодекс Российской Федерации;
- Устав МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Дзержинска
- Федеральный закон от 30 ноября 2011 года №351-ФЗ "О внесении изменений в статьи 127 и 146 Семейного кодекса Российской Федерации и статью 271 Гражданского процессуального кодекса Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 21.12.1996 г. № 159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»

- Федеральный закон от 24 апреля 2008 года № 48-ФЗ "Об опеке и попечительстве";
- Федеральный закон от 24.07.1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 16.04.2001 года № 44-ФЗ «О государственном банке данных о детях, оставшихся без попечения родителей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 21.02.2014 г. № 136 «Об утверждении порядка формирования, ведения и использования государственного банка данных о детях, оставшихся без попечения родителей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.09.2009 г. № 334 «О реализации Постановления Правительства Российской Федерации от 18 мая 2009 г. № 423»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 18.05.2009 года № 423 «Об отдельных вопросах осуществления опеки и попечительства в отношении несовершеннолетних граждан»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20.08.2012 г. № 623 «Об утверждении требований к содержанию программы подготовки лиц, желающих принять на воспитание в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей, и формы свидетельства о прохождении такой подготовки на территории Российской Федерации»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. N 514н Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог» (психолог в сфере образования)».
- Федеральный закон от 02.07.2013 г. № 167-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 10.02.2014 г. № 93 «О внесении изменений в некоторые акты правительства Российской Федерации по вопросам устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, на воспитание в семьи»;
- Законом Нижегородской области от 30.12.2005 года № 224-З «О материальном обеспечении и мерах социальной поддержки приемных семей на территории Нижегородской области»;
- Постановление Правительства Нижегородской области от 21.06.2006 г. № 201 «О порядке предоставления материального обеспечения и мер социальной поддержки приемным семьям на территории Нижегородской области»;
- Приказ Министерства образования Нижегородской области и Министерством социальной политики Нижегородской области от 09.04.2013 года № 931/352 "Об утверждении Программы и Порядка проведения подготовки лиц, желающих принять на воспитание в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 13 марта 2015 г. " 235 "Об утверждении Порядка организации и осуществления деятельности по подготовке лиц, желающих принять на воспитание в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей";

- Приказ Министерства образования Нижегородской области и Министерства социальной политики Нижегородской области от 30 июня 2015 г. № 2661/421 "О внесении изменений в приказ министерства образования Нижегородской области и министерства социальной политики Нижегородской области от 09 апреля 2013 года № 931/421;
- Приказ Министерства образования Нижегородской области от 10.09.2015 г. № 3598 «Об упорядочении деятельности школ замещающих родителей, созданных на базе учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей»;
- Приказ Министерства образования Нижегородской области от 06.12.2017 г. № 2781 «О внесении изменений в приказ министерства образования Нижегородской области от 10.09.2015 г. № 3598»;
- Распоряжение Губернатора Нижегородской области от 22 марта 2018 года № 436-р "Об утверждении комплекса дополнительных мер, направленных на совершенствование работы организаций и органов системы профилактики, на 2018-2022 годы, в целях защиты прав и интересов несовершеннолетних подопечных, находящихся на воспитании в семьях и под надзором в организациях для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и недопущения их гибели и жестокого обращения с ними";
- Приказ ГКООУ «Дзержинский санаторный детский дом» от 13.03.2013 г. № 76-п «О начале работы школы замещающих родителей»;
- Постановление Администрации города Дзержинска Нижегородской области от 19.04.2013 г. № 1455 «О передаче отдельного полномочия по опеке и попечительству в отношении несовершеннолетних граждан»;
- Постановление Администрации города Дзержинска Нижегородской области от 17.07.2018 г. № 2881 "О внесении изменений в постановление администрации города Дзержинска от 18.04.2013 г. № 1455;
- Положение о школе замещающих родителей;
- Договор № 4 от 22.04.2013 г о передаче отдельного полномочия органов опеки, попечительства и усыновления Администрации городского округа г. Дзержинск Нижегородской области;
- Дополнительное соглашение № 1 о внесении изменений в договор № 4 о передаче отдельного полномочия органов опеки, попечительства и усыновления Администрации городского округа г. Дзержинск Нижегородской области от 11.07.2018 г.
- _____ Методические рекомендации по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях от 28 декабря 2020 г. N P-193.

В основу данной программы положены следующие психолого-педагогические принципы:

- профессионализм и высокий уровень компетентности специалистов, осуществляющих работу в рамках клуба;
- командная работа всех специалистов Межведомственного взаимодействия;
- учет потребностей и запросов семьи;
- добровольность посещения встреч;

- системность в работе клуба;
- конфиденциальность информации, предоставленной родителями в рамках работы клуба.

8. Критерии оценки достижения планируемых результатов

Система организации оценки результатов программы предполагает отслеживание основных показателей, относящихся к особенностям родительских отношений и анализа эффективности работы клуба, исходя из анализа полученной обратной связи. Эмоциональное состояние всех участников программы отслеживается через наблюдение и осуществление диагностических процедур по следующим методикам:

Название, автор	Цель
Анкета «Обратная связь» (авторская)	Оценка удовлетворенности замещающими родителями работой Клуба
Тест – опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин)	Выявление особенностей родительского отношения к приемным детям, вопросам воспитания и общения с ними.

Результативность Программы оценивается по количественным и качественным показателям.

Количественные:

1. Результаты выявления особенностей родительского отношения к приемным детям, вопросам воспитания и общения с ними;
2. Результаты оценки удовлетворенности замещающими родителями работой Клуба (Анкета обратной связи предполагает баллирование). (приложение 3)

Качественные:

Субъективная оценка со стороны участников программы: устная обратная связь и письменные отзывы замещающих родителей в «Книгу отзывов и предложений». (приложение 8)

Эффективность программы «Встреча в Беседке» основана на разнообразии форм работы, что позволяет гибко реагировать на запросы участников программы, их особенности.

9. Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты:

- повышение психолого-педагогической компетентности замещающих родителей;
- оптимизация отношений внутри семьи и обучение новым способам конструктивного взаимодействия принимающих родителей;
- исчезновение у замещающих родителей ощущения уникальности своих проблем в отношениях с приемными детьми;
- снижение у замещающих родителей синдрома эмоционального выгорания;
- налаженный контакт замещающей семьи со специалистами службы сопровождения и т. д.

10. Описание программных мероприятий

Особенности содержания тематического плана:

Темы занятий могут варьироваться в зависимости от острой необходимости и запросов участников клуба. Занятия не являются продолжением друг друга, что позволяет участникам без проблем присоединиться к клубу на любой из тем. Отдельные занятия данной программы, связанные с двигательной активностью могут проводиться на свежем воздухе (парк, лес, поляна, турбаза).

Учебно-тематический план

№ п/п	Темы	Цели	Содержание	Часы
1.	Занятие с элементами тренинга «Внутрисемейные отношения, как фактор воспитания ребенка: границы семьи, подсистемы, стили семейных взаимоотношений»	Повышение психолого-педагогической компетентности замещающих родителей в вопросах влияния внутрисемейных отношений на процесс воспитания детей, в том числе приемных.	<u>Приветствие:</u> «Давайте познакомимся» <u>Разминка:</u> упр. «Путешествие», упр. «Тройки». <u>Основная часть:</u> Теория: раскрытие понятий: границы семьи, подсистемы; знакомство со стилями семейных взаимоотношений, их влияние на воспитание приемного ребенка. Практические задания: - работа с таблицей по определению последствий стиля семейных взаимоотношений для ребенка;- работа в Блокноте – мотиваторе стр. 4-5 <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь. Д.з.: работа в Блокноте – мотиваторе стр.6-7	2,5 ч.
Специфика применения: занятие рассчитано на все категории участников клуба (опекуны (попечители), приемные родители, усыновители, кандидаты в приемные родители, бабушки (дедушки) или родственники, не проходившие ШПР)				
2.	Занятие с элементами тренинга «Сохранение	Повышение осознанности замещающих родителей в	<u>Приветствие:</u> «Мое настроение похоже на ...» <u>Разминка:</u> упр. «Когда мы пойдем в зоопарк...», упр.	2,5 ч.

	личных границ. Сепарация»	вопросах сепарации и формирования личных границ. Профилактика возникновения конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях.	«Послание». Отзывы по Д.з. <u>Основная часть:</u> Теория: раскрытие понятия сепарация; формирование границ, как базовый процесс личностного развития; трудности сепарации и последствия незавершенной сепарации; специфика формирования границ и процесса сепарации у приемных детей. Практические задания: упр. «Мои личные границы», упр. «Две пуговички», работа в Блокноте – мотиваторе стр. 8 <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь. Д.з.: работа в Блокноте – мотиваторе стр.9	
--	------------------------------	--	---	--

Специфика применения: занятие рассчитано на все категории участников клуба.

3.	Практикум «Арт-терапевтические методы, как способ укрепления ресурса»	Обучение техникам самопомощи, восстанавливающим эмоциональное и физическое состояние. Содействие в усилении ресурсности замещающих родителей.	<u>Приветствие:</u> «Рисунок моего состояния ...» <u>Разминка:</u> упр. «Мои качества, начинающиеся на первую букву моего имени», упр. «Ученые доказали». Отзывы по Д.з. <u>Основная часть:</u> Практикум: анализ собственной ресурсности (внешние и внутренние ресурсы); знакомство с техникой фрактального рисования; создание коллажа «Коллаж моих родительских ресурсов», упр.	3 ч.
----	---	---	---	------

			«Источник сил», работа с метафорическими картами - Техника "Гармонизация своего состояния" работа в Блокноте – мотиваторе стр. 13 <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь. Д.з.: работа в Блокноте – мотиваторе стр.11-12	
Специфика применения: занятие рассчитано на все категории участников клуба.				
4.	Занятие с элементами тренинга: «Мотивы плохого поведения»	Развитие у замещающих родителей способности к анализу своего и детского поведения. Профилактика возникновения трудного поведения у приемных детей и обострения конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях.	<u>Приветствие:</u> «Продолжи фразу» <u>Разминка:</u> упр. «Домино», упр. «Постройтесь по...». Отзывы по Д.з. <u>Основная часть:</u> Теория: - мотив привлечения внимания, мотив власти, мотив мести, мотив избегания неудачи: причины, суть, методы коррекции. Практические задания: - работа с кейсами по определению мотивов поведения; - «мозговой штурм» с целью выработки тактики поведения приемных родителей. <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь.	2,5 ч.
Специфика применения: занятие рассчитано на участников клуба, воспитывающих детей.				
5.	Семинар «Дети и сети»	Расширение информационного поля	<u>Приветствие</u> «Хоровая беседа»	3 ч.

		<p>приемных родителей по проблеме безопасного использования ресурсов сети Интернет. Профилактика интернет-зависимости у приемных детей.</p>	<p>Приглашение на встречу специалиста МБУ ДО «ППМС-центра»</p> <p><u>Основная часть:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - опасности сети интернет - правила безопасности в сети интернет - обеспечение информационной безопасности <p>Ссылка на материалы: https://ппмс.пф/resursnyj_centr_deti_i_seti/16339/</p>	
<p>Специфика применения: занятие рассчитано на участников клуба, воспитывающих детей.</p>				
6.	<p>Занятие с элементами тренинга «Эмоции и поведение»</p>	<p>Повышение психолого-педагогической компетентности родителей в области развития эмоционального интеллекта у приемных детей. Обучение навыкам конструктивного проживания негативных эмоций.</p>	<p><u>Приветствие:</u> «Продолжи фразу»</p> <p><u>Разминка:</u> упр. «Мяч по кругу», упр. «Поменяйтесь местами...»</p> <p><u>Основная часть:</u></p> <p>Теория:</p> <ul style="list-style-type: none"> - эмоциональный интеллект; - особенности эмоциональной сферы приемных детей; - вытесненные эмоции; - эмпатия со стороны родителя – залог близких отношений и развития эмоционального интеллекта у детей; - алгоритм реагирования на бурные детские эмоции. <p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> - упражнение «Краны эмоций»; - творческая работа «Мои конструктивные способы проживания эмоций», 	2,5 ч.

			- знакомство с авторской настольной игрой «Мульт – ЭМОЦИИ» <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь. Д.з. : работа в блокноте – мотиваторе стр.17	
--	--	--	--	--

Специфика применения: занятие рассчитано на все категории участников клуба.

7.	Практикум «Негативные эмоции и как с ними справляться. Телесная терапия.» Игры на сброс энергии.	Обучение техникам самопомощи, восстанавливающим эмоциональное и физическое состояние. Мышечный зажим и способы его расслабления. Усиление ресурсности семьи.	Приветствие: «Цвет моего настроения» <u>Разминка:</u> упр. «Австралийский дождь», упр. «Продолжи фразу». Отзывы по Д.з. <u>Основная часть:</u> Практикум: Дыхательная гимнастика, звуковая гимнастика. Мозговой штурм «Как справиться с эмоциональным выгоранием?», Комплекс упражнений на снятие мышечных зажимов: упр. «Лимон», упр. «Ластик», упр. «Муха», упр. «Мороженное», упр. «Бумажные мячики», медитативное упр. «Маяк». <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь Д.з.: просмотр х/ф «Ящик Пандоры»	3 ч.
----	--	--	--	------

Специфика применения: занятие рассчитано на участников клуба, воспитывающих детей.

8.	Практикум «Точки пересечения кровных и приемных родителей»	Содействие в осознании приемными родителями места кровных	<u>Приветствие:</u> «Цвет моего настроения» <u>Разминка:</u> упр. «Колесо эмоций», упр. «Передай хлопок» <u>Основная часть:</u>	3 ч.
----	--	---	---	------

		родителей в жизни приемного ребенка и в самой приемной семье.	<u>Практические задания:</u> упр. «Линия связи» (Л. Петрановская), упр. «Родительский вклад», упражнение «Моделирование семьи». Обсуждение Х/ф «Ящик Пандоры» <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь. Д.з. : работа в блокноте – мотиваторе стр.18	
--	--	---	--	--

Специфика применения: занятие рассчитано на участников клуба, воспитывающих детей.

9.	Занятие с элементами тренинга «Правила нижнего белья»	Расширение информационного поля приемных родителей по проблеме особенностей сексуального воспитания приемных детей, с целью профилактики сексуальной безопасности приемного ребенка	<u>Приветствие:</u> «Поделись радостью» <u>Разминка:</u> упр. «Мигалки». Отзывы по Д.з. <u>Основная часть:</u> Теория: знакомство с «Правилами нижнего белья (PANTS)» Практические задания: работа с кейсами «Диалог с ребенком». <u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь.	2,5 ч.
----	---	---	---	--------

Специфика применения: занятие рассчитано на участников клуба, воспитывающих детей.

10.	Игровая программа «Роль игры в жизни ребенка»	Повышение педагогической компетенции родителей по проблеме игровой деятельности у детей, о возможности игры как	<u>Разминка:</u> упр. «Передай по кругу» <u>Основная часть:</u> - Совместные игры в семье. -Влияние игры на развитие детей. Практикум:	3 ч.
-----	---	---	--	------

		<p>средства создание близких отношений в семье.</p> <p>Стимулирование интереса родителей к совместной игровой деятельности с собственными детьми.</p>	<p>- Совместные игры родителей с детьми от 2 до 6 лет;</p> <p>- Совместные игры для родителей с детьми от 6 до 14 лет.</p> <p>- Знакомство с авторской настольной игрой «Когда все дома» (приложение 7)</p> <p><u>Заключительная часть:</u> Рефлексия. Обратная связь.</p>	
<p>Специфика применения: занятие рассчитано на все категории участников клуба.</p>				

Структура занятия:

Занятия представленной программы имеют определенную структуру – включают в себя постоянные ритуалы, которые не меняются на протяжении всего времени.

Во время занятия участники сидят в кругу. Круг – это, прежде всего, возможность открытого общения. Форма круга создает ощущение целостности, завершенности, придает гармонию отношениям участников, позволяет им ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

Первая часть (1-2 часа) - образовательная, которая включает предоставление информации на определенные темы, связанные с воспитанием приемного ребенка, а также обучение родительским навыкам.

Вторая часть (1 час) проводится в форме группы взаимопомощи, в ходе которой участники делятся своим личным опытом, обсуждают интересующие их вопросы.

Обязательными становятся ритуалы приветствия и прощания, которые могут проводить сами участники (в роли ведущих) по очереди и желанию.

№	Этапы занятия	Цели, задачи и содержание этапов
1.	Ритуал приветствия	<p>Помогает настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы – приветствия, игры с именами, разминки.</p> <p>Цель: создание положительного эмоционального фона, формирование сплочения, обучение нормам межличностных коммуникаций, переключение внимания, создание позитивного настроения на работу.</p>

2.	Основное содержание занятия	Демонстрируется новый материал. Отрабатываются новые навыки с помощью тематических игр и упражнений. Выполняют задания в «Блокноте - мотиваторе». Цель: получение новой информации, закрепление полученных навыков.
3.	Рефлексия	Подведение итогов, обобщение полученного на занятии опыта. Цель: получение обратной связи.
4.	Ритуал прощания	Получаемая информация во время встречи может быть эмоционально сложной, так как затрагивает болезненные и даже травматические события жизни детей и семьи в целом. Цель: возможность получить эмоциональную поддержку, положительный заряд всем участникам программы.

11. Ресурсы, необходимые для эффективной реализации программы

Кадровое обеспечение программы:

Реализацию мероприятий данной программы обеспечивают специалисты: педагоги-психологи. Для повышения эффективности мероприятий могут привлекаться медицинские работники, юристы, социальные педагоги, логопеды-дефектологи, учителя (педагоги), воспитатели детских садов.

В рамках реализации программы осуществляется постоянное взаимодействие с местными органами опеки и попечительства, особенно в части осуществления поддержки замещающей семьи.

Рекомендуемое оборудование и оснащение:

- ✓ флипчарт;
- ✓ мультимедийный проигрыватель;
- ✓ ноутбук;
- ✓ CD-проигрыватель;
- ✓ клей, ножницы, цветные карандаши, фломастеры, пальчиковые краски, мелки для рисования;
- ✓ листы формата А4 чистые;
- ✓ листы с тематическими заданиями;
- ✓ демонстрационный материал: изображения эмоциональных состояний, пиктограмма;
- ✓ раздаточный материал (по тематике занятий);
- ✓ доска для рисования
- ✓ настольные игры «Когда все дома» и «МультЭмоции» (авторская).

Методические материалы

Программа включает в себя активные методы и технологии.

Формы работы:

● консультации специалистов МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» города Дзержинска (педагога-психолога, клинического психолога, социального педагога, дефектолога) и приглашенных специалистов (по запросу родителей);

- лекции и мини-лекции;
- практические занятия
- занятия с элементами тренинга
- игровые практикумы
- семинары

Методы и технологии:

- демонстрация мультимедийных материалов, презентаций, роликов;
- элементы групповой дискуссии;
- кейс – технологии;
- имитационные и ролевые игры;
- настольные и настольные игры;
- элементы арт-терапии;
- техники и приемы саморегуляции;
- психогимнастика

Диагностический материал:

1. Тест-опросник родительского отношения (А. Я. Варга, В. В. Столин) (Приложение 2)
2. Анкета «Обратная связь» (Приложение 3)

Игры и упражнения (Приложение 5):

- I.1 Игры – разминки
- I.2 Тематические игры и упражнения
- I.3 Работа с кейсами

Работа с Блокнотом – мотиватором

Блокнот – мотиватор разработан авторами программы, он станет приемному родителю помощником в формировании отношений с ребенком и окружением.

Состоит из трех разделов: первый раздел – «Мой внутренний мир». Необычные творческие и психологические задания вдохновят, помогут определить цели, найти мотивацию и начать действовать, улучшат настроение. Работа с блокнотом даст возможность его обладателю лучше узнать себя, свои желания и мечты, стать увереннее в себе. Этот раздел заполняется самостоятельно и на занятиях. Второй раздел – «Мысли вслух» - поможет определить ведущую родительскую позицию. Третий – «Шпаргалки по воспитанию», который содержит советы ведущих российских психологов и педагогов.

«Блокнот-мотиватор» позволит по – новому оценить свои родительские возможности, ресурсы. Специальные упражнения снимут стресс и беспокойство, укрепят эмоциональное состояние, помогут продуктивно выстраивать семейные отношения.

Предназначен как для работы во время занятий в клубе, так и для самостоятельной работы (Приложение 6).

12. Описание сфер ответственности

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания к участию в данной программе:

- психические заболевания
- состояние острого проживания травмы (могут быть включены в работу после получения индивидуальной помощи)

Способы обеспечения гарантии прав участников программы:

Гарантия прав участников программы обеспечиваются и определяются Конвенцией о правах ребенка, Конституцией Российской Федерации, а также Уставом МБУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Дзержинска

Основные права и обязанности психолога:

- Психолог обязан избегать причинения вреда участникам программы, нести ответственность за все свои действия.
- Если психолог осознает, что его действия не приведут к улучшению психологического состояния участника программы или представляют риск для него, он должен немедленно прекратить вмешательство.
- Психолог применяет только такие методики, исследования или вмешательства, которые не представляют потенциальной опасности для здоровья и психического состояния участника программы.
- В случае, если у психолога в связи с его работой возникли вопросы этического характера, он должен обратиться в Этический комитет Российского психологического общества за консультацией.
- Психолог имеет право на свободу выбора методик и способов работы, соответствующих целям, задачам и логике программы.

Участники программы имеют право на:

- Добровольное участие в программе приемных родителей, которые имеют право отказаться от выполнения того или иного упражнения программы;
- Уважительное отношение к себе;
- Отказ от участия в программе.

Участники программы обязаны:

- не совершать действий, наносящих психологическую или физическую травму другим участникам программы;
- соблюдать режим посещения занятий.

13. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

Программа «Встречи в Беседке» реализуется педагогами-психологами МБУ ДО ППМС-центра. Внутренний контроль реализации Программы проводится директором Центра, заместителем директора по воспитательной работе.

Ежегодно для осуществления контроля ведущие Программы, утвержденные педагогическим советом, обновляют и дополняют Программу, утверждается тематический план и составляется расписание занятий клуба.

По результатам реализации Программы до 1 июня ведущие пишут аналитическую справку с указанием пожеланий членов Клуба и заявленных тем,

которые необходимо учесть при обновлении Программы в следующем учебном году.

14. Факторы, влияющие на достижение результатов

На результаты освоения программы влияет, готовность к восприятию информации и активность замещающих родителей на занятиях клуба. Повышение результатов достигается стабильной посещаемостью участников. Также эффективными могут быть «точечные попадания» - сопровождение конкретных случаев или решение проблем по индивидуальным запросам.

Участие приглашенных специалистов и разнообразные формы проведения занятий клуба обеспечивает повышение мотивации и сохранение интереса к встречам.

Немаловажным является и тот факт, что тематический план на следующий год составляется с учетом пожеланий участников Клуба.

15. Сведения о практической апробации

Программа «Встречи в Беседке» апробировалась на выпускниках «Школы Замещающих родителей», функционирующей на базе ГКОУ «Дзержинский санаторный детский дом» с сентября 2021 года по июнь 2022г.

В исследовании результативности данной программы приняли участие члены клуба, стабильно посетившие весь цикл занятий, в количестве 19 человек (6 пар: муж и жена, и 7 по одному из семьи).

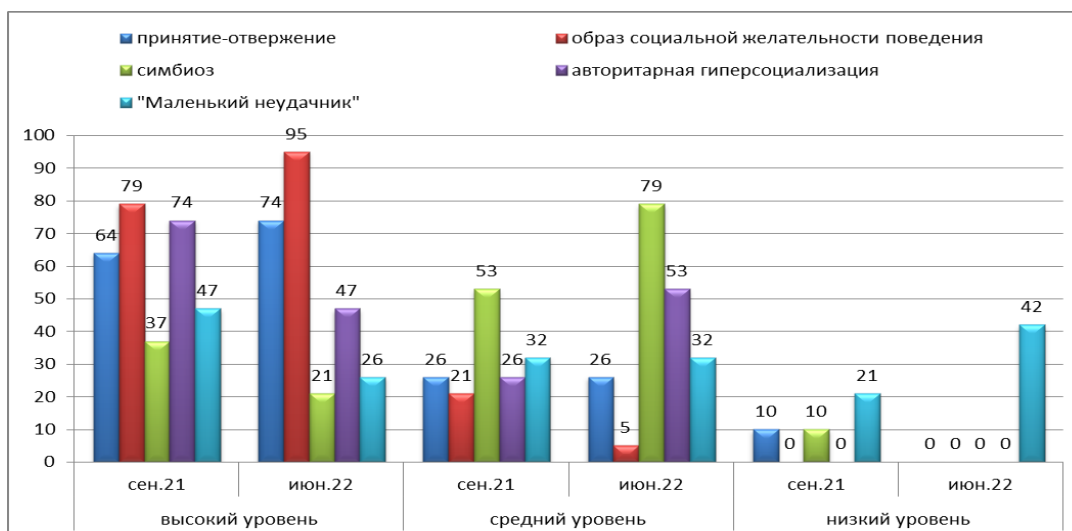
Анализ результатов представлен в Приложении 6.

Результаты диагностики в период апробации программы «Встречи в Беседке»

1. Результаты тест – опросника родительского отношения (А. Я. Варга, В. В. Столин)

Опросник состоит из 5 шкал:

1. «Принятие - отвержение»
2. «Образ социальной желательности поведения»
3. «Симбиоз»
4. «Авторитарная гиперсоциализация»
5. Шкала «Маленький неудачник»



Шкала «Принятие – отвержение»

На начало года: – низкий показатель у 2 чел. (10%), средний – 5 чел. (26%), высокий – 12 чел. (64%)

На конец года: низкий – 0, средний - 5 чел. (26%), высокий – 14чел. (74%).

Результаты говорят о том, что у испытуемых выражено положительное отношение к ребенку. Взрослые принимают ребенка таким, какой он есть, уважают и признают его индивидуальность, одобряют его интересы, поддерживают планы, проводят с ним достаточно много времени и не жалеют об этом. Низкие показатели по этой шкале, говорящие о том, что взрослые испытывают по отношению к ребенку в основном отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду, ненависть – отсутствуют.

Шкала «Образ социальной желательности поведения»

На начало года: – низкий показатель 0 чел., средний – 4 чел. (21%), высокий – 15 чел. (79%)

На конец года: низкий – 0, средний - 1 чел. (5%), высокий – 18чел. (74%).

Результаты свидетельствуют о том, что взрослые проявляют искренний интерес к тому, что интересует ребенка, высоко оценивают способности ребенка, поощряют самостоятельность и инициативу, стараются быть на равных с ребенком. Низкие баллы по данной шкале отсутствуют.

Шкала «Симбиоз»

На начало года: – низкий показатель у 2 чел. (10%), средний – 10 чел. (53%), высокий – 7 чел. (37%)

На конец года: низкий – 0, средний - 15 чел. (79%), высокий – 4чел. (21%).

Высокие баллы позволяют сделать вывод о том, что взрослые не устанавливают психологическую дистанцию между собой и ребенком, стараются всегда быть ближе к нему, удовлетворять его основные разумные потребности. Наилучшим вариантом оценки педагогических способностей взрослого человека по этой шкале являются средние показатели.

Шкала «Авторитарная гиперсоциализация»

На начало года: – низкий показатель 0 чел., средний – 5 чел. (26%), высокий – 14 чел. (74%)

На конец года: низкий – 0, средний - 10 чел. (53%), высокий – 9чел. (47%).

Высокие баллы показывают, что взрослый ведет себя слишком авторитарно по отношению к ребенку, требуя от него безоговорочного послушания и задавая строгие дисциплинарные рамки. Наилучшим вариантом оценки педагогических способностей взрослого человека по этой шкале являются средние показатели.

Шкала «Маленький неудачник»

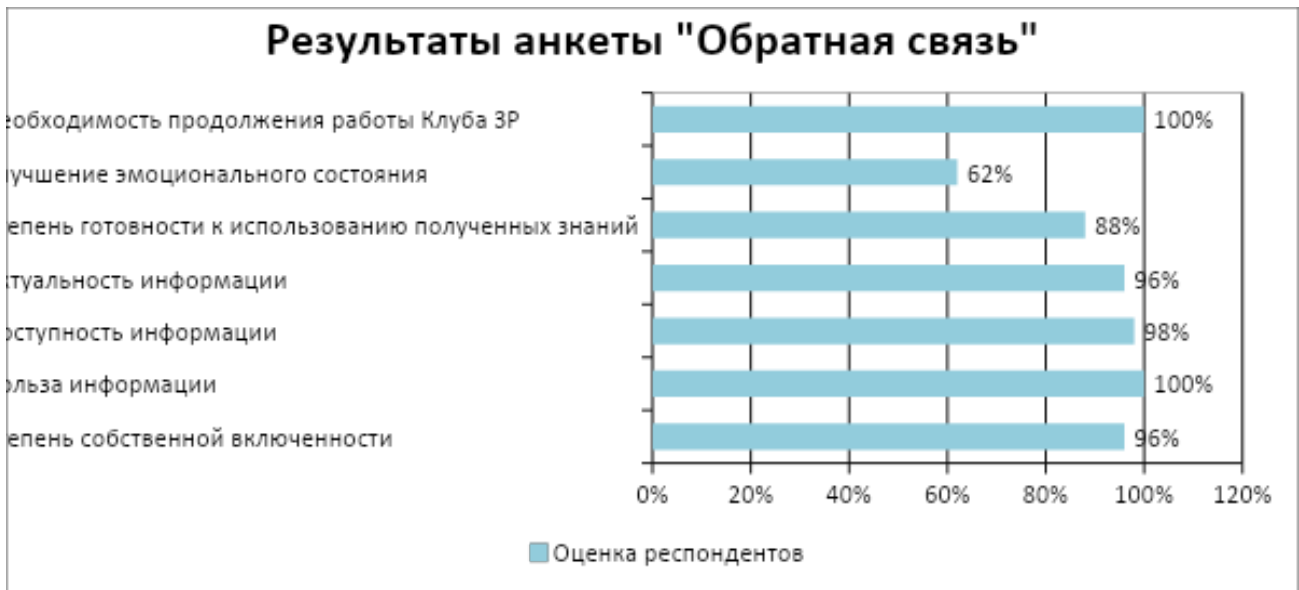
На начало года: – низкий показатель у 4 чел. (21%), средний – 6 чел. (32%), высокий – 9 чел. (47%)

На конец года: низкий – 8 чел. (42%), средний - 6 чел. (32%), высокий – 5 чел. (26%).

Высокие баллы говорят о том, что взрослый считает ребенка маленьким неудачником и относится к нему как к несмышленому существу. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся такому взрослому несерьезными, и он игнорирует их. Низкие баллы по этой же шкале напротив, свидетельствуют о том, что неудачи ребенка взрослый считает случайными и верит в него.

2. Результаты анкетирования:

В опросе приняли участие 19 респондентов.(190 баллов – 100%)



Респонденты

1. Оценили степень собственной включенности -100% (9-10б.);

2. Отметили, что информация, полученная на занятиях была:

- интересной – 84% (10б.) и 16% (8-9б.)

- полезной – 100% (10б.)

- доступно изложенной – 89% (10б) и 11% (9б.)

- актуальной для меня - 84% (10б.) и 16% (8-9б.)

3. Выразили мнение о том, что трудность восприятия информации иногда возникала из-за собственного эмоционального фона (в ситуации когда откликались свои травмы или люди с высокой степенью эмпатичности) – 32% (6 чел.)

4. Озвучили готовность использовать полученные знания на практике в той или иной мере – 100% (79% - 10б., 21% - 7-9б.)

5. Отметили улучшение эмоционального состояния – 100%, из них улучшение на 7-8б – 27% (5 чел.), на 5-6б. - 42% (8чел.) и на 4б. – 32% (6чел.)

6. Выразили мнение о том, что Клуб замещающих родителей является необходимостью – 100% (19чел.)

3. По результатам устной обратной связи и записей в «Книге отзывов и предложений» респонденты:

Отметили, что полезным и наиболее значимым для них было: возможность общения с единомышленниками, обсуждение волнующих вопросов и возможность услышать разные мнения, практическая направленность всей информации, возможность постоянной связи со специалистами в сложный период, поддержка членов Клуба в разных жизненных ситуациях. Многие родители отметили, что разбор и обсуждение реальных проблем, возникающих в замещающих семьях в период занятий, способствовали выбору более конструктивных методов и разрешению трудностей в более короткий срок. Родители, которые пока не столкнулись с подобными трудностями, получили возможность расширить варианты возможного реагирования.

Пожелали творческих успехов, дальнейшего развития и процветания, отметив, что организацией и наполненностью занятий довольны. (Приложение 8)

Итоги апробации:

Полученные результаты позволяют сделать вывод о том, что занятия по профилактической программе «Встречи в Беседке» способствовали оптимизации отношений внутри семьи, повышению психолого-педагогической компетентности замещающих родителей, приобретению группы поддержки среди единомышленников, улучшению эмоционального фона, усилению ресурсности замещающих родителей и расширению контактов замещающих семей со специалистами службы сопровождения.

16. Ограничения применения программы и предложения по ее дальнейшему использованию

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания к участию в данной программе

- психические заболевания
- состояние острого проживания травмы (могут быть включены в работу после получения индивидуальной помощи).

Предложения по дальнейшему применению и развитию программы

Программа «Встречи в Беседке» может быть полезна педагогам-психологам и другим специалистам, которые занимаются процессом сопровождения замещающих семей.

Программа может быть реализована в формате онлайн. Тематическое содержание программы может меняться в зависимости от запросов и пожеланий членов клуба

Список литературы:

1. Азбука счастливой семьи: 30 уроков счастливого родительства / Диана Машкова и команда авторов. Москва: Эксмо, 2021 – 448с.
2. Галко Е. Н. Семейный клуб как средство социализации ребенка [Текст] : автореф. Дис. Канд. Пед. Наук. – Великий Новгород, 2003.
3. Гринберг С. Н. Приемная семья: психологическое сопровождение и тренинги / Гринберг С. Н. , Савельева Е. В., Вараева Н. В., Лобанова М. Ю. // СПб.: Речь, 2007.
4. Методические рекомендации по подготовке и сопровождению замещающих семей. / Под ред. Смыкало Л.В. – СПб.: Санкт-Петербургская общественная организация «Врачи детям», 2010. –202 с.
https://spkaltan.ucoz.net/praktikum/metodicheskie_rekomendacii_po_podgotovke_i_soprovo.pdf
5. Методические рекомендации по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях от 28 декабря 2020 г. N P-193.
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. N 514н Об утверждении профессионального стандарта «Педагог-психолог» (психолог в сфере образования)». <https://www.eduprofb.ru/uploads/documents/docs/n-514n.pdf>
7. Ослон В.Н. Жизнеустройство детей-сирот: профессиональная замещающая семья. – М.: Генезис, 2006. 368 с.
8. Ослон В. Н. Психологическое сопровождение семьи с приемным ребенком: концепция, инновационные технологии // Электронный журнал «Психологическая наука и образование», 2010, № 5 // http://psyjournals.ru/files/33832/psyedu_ru_2010_5_Oslon.pdf
9. Прихожан, А. М., Толстых, Н. Н. Психология сиротства. - СПб, Питер, 2005.
10. Семья: педагогика, психология, социальная работа / под редакцией А. А. Реана. М.: Издательство «Москва», 2010.
11. Система сопровождения приемных семей (Из опыта работы СОГОУ «Центр психолого-медико-социального сопровождения»). Методический сборник: Смоленск, 2008.
12. Хрусталькова, Н. А. Воспитание детей в профессиональнозамещающих семьях / Н. А. Хрусталькова // Высшее образование сегодня. – 2006. - № 11. – С. 34-36

13. Министерство социальной политики Красноярского края КГБУ СО «Краевой центр семьи и детей»: «Семейные клубы: опыт работы муниципальных и краевых учреждений социального обслуживания центров семьи и детей Красноярского края». Сборник методических материалов Красноярск 2019г.

14. Полуяхтова Т. З., Комов А. Е. Родник фрактальной мудрости, или свежий взгляд на наши возможности М.: Издательский Дом «Деловая литература», 2002

Приложение 1

Сравнительный анализ работы Школы Замещающих Родителей за 2020гг., 2021гг., 2022гг.

1). Обучение в ШЗР

Общее количество заявителей за 2020-2022гг. – 272 человека: 2020г. – 77 ч., 2021г. – 73 ч., 2022г. – 85ч.

Количество заявителей, получивших свидетельство об окончании ШЗР:
2020г. – 62 ч., 2021г. – 69 ч., 2022г. – 70ч.

Количество заявителей, не получивших свидетельство об окончании ШЗР –
2020г. – 15ч., 2021г. – 4ч., 2022г. – 15ч.



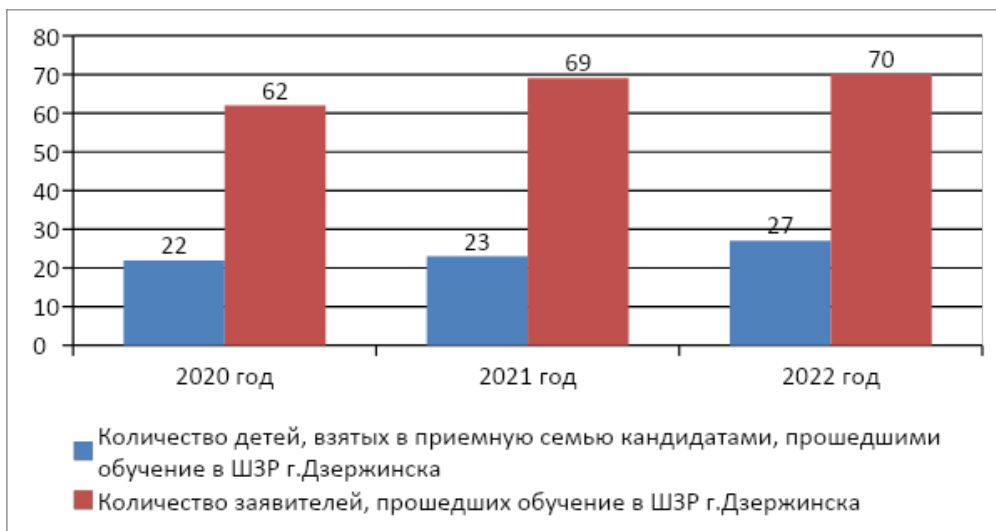
б). Кандидаты, обучившиеся в ШЗР, ставшие приемными родителями или усыновившие детей

Общее количество заявителей, прошедших обучение в ШЗР за 2020-2022гг. – 272 человека из них приняли в семью – 72

2020г. – 62 ч., из них приняли в свою семью 22 ребенка,

2021г. – 69 ч., из них приняли в свою семью 23 ребенка,

2022г. – 70ч., из них приняли в свою семью 27 детей.



в) Консультативная помощь действующим приемным родителям, кандидатам в приемные родители и заявителям, проходящим подготовку в ШЗР

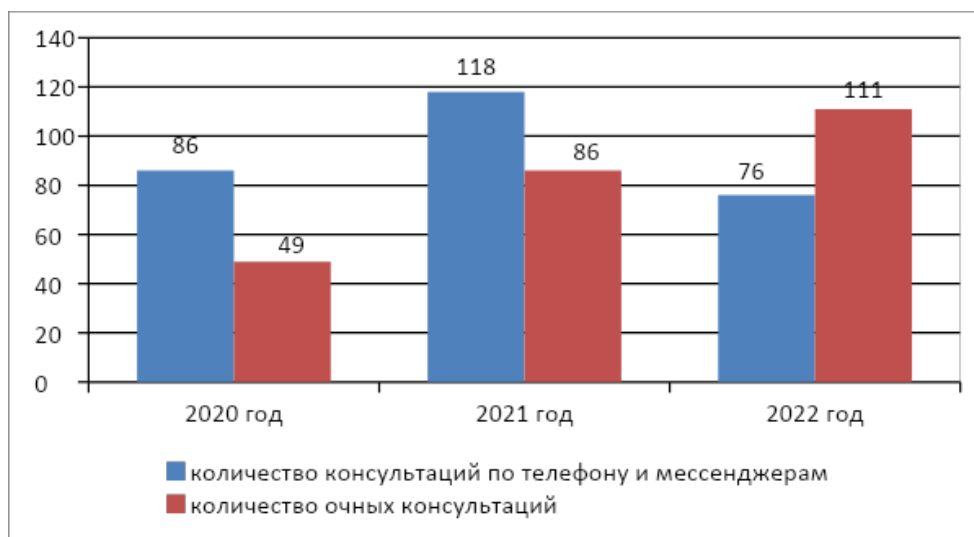
Общее количество консультаций за 2020-2022гг. – 526 консультации, из них:

- очные консультации – 246; - телефон, мессенджеры - 280.

2020г. – 135 консультаций

2021г. – 204 консультации

2022г. – 187 консультаций



Приложение 2

Тест-опросник родительского отношения (А.Я. Варга, В.В. Столин)

Цель: выявление родительского отношения у лиц, обращающихся за психологической помощью по вопросам воспитания детей и общения с ними. Родительское отношение понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера личности ребенка, его поступков.

Структура опросника

Опросник состоит из 5 шкал:

1. «ПРИНЯТИЕ-ОТВЕРЖЕНИЕ». Шкала отражает интегральное эмоциональное отношение к ребенку. Содержание одного полюса шкалы: родителю нравится ребенок таким, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему. Родитель стремится проводить много времени вместе с ребенком, одобряет его интересы и планы. На другом полюсе шкалы; родитель воспринимает своего ребенка плохим, неприспособленным, неудачливым. Ему кажется, что ребенок не добьется успеха в жизни из-за низких способностей, небольшого ума, дурных наклонностей. По большей части родитель испытывает к ребенку злость, досаду, раздражение, обиду. Он не доверяет ребенку и не уважает его.

2. «КООПЕРАЦИЯ» – социально желательный образ родительского отношения. Содержательно эта шкала раскрывается так: родитель заинтересован в делах и планах ребенка, старается во всем помочь ребенку, сочувствует ему. Родитель высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности ребенка, испытывает чувство гордости за него. Он поощряет инициативу и самостоятельность ребенка, старается быть с ним на равных. Родитель доверяет ребенку, старается встать на его точку зрения в спорных вопросах.

3. «СИМБИОЗ» – шкала отражает межличностную дистанцию в общении с ребенком. При высоких баллах по этой шкале можно считать, что родитель стремится к симбиотическим отношениям с ребенком. Содержательно эта тенденция описывается так – родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родитель постоянно ощущает тревогу за ребенка, ребенок ему кажется маленьким и беззащитным. Тревога родителя повышается, когда ребенок начинает автономизироваться в силу обстоятельств, так как по своей воле родитель не предоставляет ребенку самостоятельности никогда.

4. «АВТОРИТАРНАЯ ГИПЕРСОЦИАЛИЗАЦИЯ» – отражает форму и направление контроля за поведением ребенка. При высоком балле по этой шкале в родительском отношении данного родителя отчетливо просматривается авторитаризм. Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения. За проявления своеволия ребенка сурово наказывают. Родитель пристально следит за социальными достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами.

5. «МАЛЕНЬКИЙ НЕУДАЧНИК» – отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. При высоких значениях по этой шкале в родительском отношении данного родителя имеются стремления инфантилизировать ребенка, приписывать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит ребенка младшим по сравнению с реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся родителю детскими, несерьезными. Ребенок представляется неприспособленным, неуспешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет своему ребенку, досадует на его неуспешность и неумелость. В связи с этим родитель старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия.

Текст опросника

1. Я всегда сочувствую своему ребенку.
2. Я считаю своим долгом знать все, что думает мой ребенок.
3. Я уважаю своего ребенка.
4. Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.
5. Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
6. Я испытываю к ребенку чувство расположения.
7. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.
8. Мой ребенок часто неприятен мне.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.
10. Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребенку приносит ему большую пользу.
11. Я испытываю досаду по отношению к своему ребенку.
12. Мой ребенок ничего не добьется в жизни.
13. Мне кажется, что дети потешаются над моим ребенком.
14. Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые, кроме презрения, ничего не стоят.
15. Для своего возраста мой ребенок немножко незрелый.
16. Мой ребенок ведет себя плохо специально, чтобы досадить мне.
17. Мой ребенок выпитывает в себя все дурное как "губка".
18. Моего ребенка трудно научить хорошим манерам при всем старании.
19. Ребенка следует держать в жестких рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.
21. Я принимаю участие в своем ребенке.
22. К моему ребенку "липнет" все дурное.
23. Мой ребенок не добьется успеха в жизни.
24. Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немного стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как мне бы хотелось.
25. Я жалею своего ребенка.
26. Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению, и по суждениям.

27. Я с удовольствием провожу с ребенком все свое свободное время.
28. Я часто жалею о том, что мой ребенок растет и взрослеет, и с нежностью вспоминаю его маленьким.
29. Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребенку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг всего того, что мне не удалось в жизни.
31. Родители должны приспосабливаться к ребенку, а не только требовать этого от него.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребенка.
33. При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребенка.
34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.
35. В конфликте с ребенком я часто могу признать, что он по-своему прав.
36. Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребенком.
38. Я испытываю к ребенку дружеские чувства.
39. Основная причина капризов моего ребенка – эгоизм, упрямство и лень.
40. Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребенком.
41. Самое главное, чтобы у ребенка было спокойное и беззаботное детство.
42. Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.
43. Я разделяю увлечения своего ребенка.
44. Мой ребенок может вывести из себя кого угодно.
45. Я понимаю огорчения своего ребенка.
46. Мой ребенок часто раздражает меня.
47. Воспитание ребенка – сплошная нервотрепка.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.
49. Я не доверяю своему ребенку.
50. За строгое воспитание дети благодарят потом.
51. Иногда мне кажется, что ненавижу своего ребенка.
52. В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.
53. Я разделяю интересы своего ребенка.
54. Мой ребенок не в состоянии что-либо сделать самостоятельно, а если и сделает, то обязательно не так.
55. Мой ребенок вырастет не приспособленным к жизни.
56. Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.
57. Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребенка.
58. Нередко я восхищаюсь своим ребенком.
59. Ребенок не должен иметь секретов от родителей.
60. Я невысокого мнения о способностях моего ребенка и не скрываю этого от него.
61. Очень желательно, чтобы ребенок дружил с теми детьми, которые нравятся его родителям.

Ключи к опроснику

1. Принятие-отвержение: 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 52, 53, 55, 56, 60.

2. Образ социальной желательности поведения: 6, 9, 21, 25, 31, 34, 35, 36.
3. Симбиоз: 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.
4. Авторитарная гиперсоциализация: 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.
5. «Маленький неудачник»: 9, 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61.

Интерпретация результатов

За каждый ответ типа «да» испытуемый получает 1 балл, а за каждый ответ типа «нет» – 0 баллов. Высокие баллы свидетельствуют о значительной развитости указанных выше видов родительских отношений, а низкие баллы – о том, что они сравнительно слабо развиты. Если говорить конкретно, то оценка и интерпретация полученных данных производятся следующим образом.

Шкала «ПРИНЯТИЕ–ОТВЕРЖЕНИЕ»

- Высокие баллы по шкале – **от 24 до 33** – говорят о том, что у данного испытуемого имеется выраженное положительное отношение к ребенку. Взрослый в данном случае принимает ребенка таким, какой он есть, уважает и признает его индивидуальность, одобряет его интересы, поддерживает планы, проводит с ним достаточно немало времени и не жалеет об этом.

- Низкие баллы по этой же шкале – **от 0 до 8** – говорят о том, что взрослый испытывает по отношению к ребенку в основном только отрицательные чувства: раздражение, злость, досаду, даже иногда ненависть. Такой взрослый считает ребенка неудачником, не верит в его будущее, низко оценивает его способности и нередко своим отношением третирует ребенка. Понятно, что имеющий такие наклонности взрослый не может быть хорошим педагогом.

Шкала «КООПЕРАЦИЯ»

- Высокие баллы по шкале – **от 7 до 8** – являются признаком того, что взрослый проявляет искренний интерес к тому, что интересуется ребенка, высоко оценивает способности ребенка, поощряет самостоятельность и инициативу ребенка, старается быть с ним на равных.

- Низкие баллы по данной шкале – **от 1 до 2** – говорят о том, что взрослый по отношению к ребенку ведет себя противоположным образом и не может претендовать на роль хорошего педагога.

Шкала «СИМБИОЗ»

- Высокие баллы по шкале – **от 6 до 7** – достаточны для того, чтобы сделать вывод о том, что данный взрослый человек не устанавливает психологическую дистанцию между собой и ребенком, старается всегда быть ближе к нему, удовлетворять его основные разумные потребности, оградить от неприятностей.

- Низкие баллы по этой же шкале – **от 1 до 2** – являются признаком того, что взрослый, напротив, устанавливает значительную психологическую дистанцию между собой и ребенком, мало заботится о нем. Вряд ли такой взрослый может быть хорошим учителем и воспитателем для ребенка.

Шкала «АВТОРИТАРНАЯ ГИПЕРСОЦИАЛИЗАЦИЯ»

- Высокие баллы по шкале – **от 6 до 7** – говорят о том, что взрослый человек ведет себя слишком авторитарно по отношению к ребенку, требуя от него безоговорочного послушания и задавая ему строгие дисциплинарные рамки. Он навязывает ребенку почти во всем свою волю. Такой взрослый человек далеко не всегда может быть полезным, как воспитатель, для детей.

- Низкие баллы по этой же шкале – от 1 до 2 – напротив, свидетельствуют о том, что контроль за действиями ребенка со стороны взрослого человека практически отсутствует. Это может быть не очень хорошо для обучения и воспитания детей. Наилучшим вариантом оценки педагогических способностей взрослого человека по этой шкале являются средние оценки, от 3 до 5 баллов.

Шкала «МАЛЕНЬКИЙ НЕУДАЧНИК»

- Высокие баллы по шкале – от 7 до 8 – являются признаком того, что взрослый человек считает ребенка маленьким неудачником и относится к нему как к несмышленому существу. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся взрослому человеку несерьезными, и он игнорирует их. Вряд ли такой взрослый может стать хорошим учителем и воспитателем для ребенка.

- Низкие баллы по этой же шкале – от 1 до 2 – напротив, свидетельствуют о том, что неудачи ребенка взрослый считает случайными и верит в него. Такой взрослый, скорее всего, станет неплохим учителем и воспитателем.

Порядок подсчета тестовых баллов

При подсчете тестовых баллов по всем шкалам учитывается ответ «верно». Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируется как:

- отвержение,
- социальная желательность,
- симбиоз,
- гиперсоциализация,
- инфантилизация (инвалидизация).

Тестовые нормы проводятся в виде таблиц процентальных рангов тестовых баллов по соответствующим шкалам = 160

1 шкала	«Принятие - отвержение»									
«Сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7	8	
<i>Процентильный ранг</i>	0	0	0	0	0	0	0,63	3,79	12,02	
«Сырой балл»	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
<i>Процентильный ранг</i>	31,0	53,79	68,35	77,21	84,17	88,60	90,50	92,40	93,67	
«Сырой балл»	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
<i>Процентильный ранг</i>	94,30	95,50	97,46	98,10	98,73	98,73	99,36	100	100	
«Сырой балл»	27	28	29	30	31	32				
<i>Процентильный ранг</i>	100	100	100	100	100	100				
2 шкала	«Кооперация»									
«Сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9
<i>Процентильный ранг</i>	1,57	3,46	5,67	7,88	9,77	12,29	19,22	31,19	48,82	80,93
3 шкала	«Симбиоз»									
«Сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7		
<i>Процентильный ранг</i>	4,72	19,53	39,06	57,96	74,97	86,63	92,93	96,65		
4 шкала	«Авторитарная гиперсоциализация»									
«Сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6			
<i>Процентильный балл</i>	4,41	13,86	32,13	53,87	69,30	83,79	95,76			
5 шкала	«Маленький неудачник»									
«Сырой балл»	0	1	2	3	4	5	6	7		

<i>Процентильный ранг</i>	14,55	45,57	70,25	84,19	93,04	96,83	99,37	100
---------------------------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-----

ОБРАБОТКА И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ

Методики диагностики родительского отношения (ОРО)

Фамилия И.О. _____ Пол _____

Возраст _____ Дата обследования _____

Принятие	3	4	8	10	12	14	15	16	18	20	24	26	27	29	37		Сумма
	38	39	40	42	43	44	45	46	47	49	52	53	55	56	60		
Кооперация	6	9	21	25	31	34	35	36									
Симбиоз	1	5	7	28	32	41	58										
Контроль	2	19	30	48	50	57	59										
Маленький неудачник	9	11	13	17	22	28	54	61									

Принятие	
Кооперация	
Симбиоз	
Контроль	
Маленький неудачник	

Приложение 3

Анкета «Обратная связь»

Просим Вас ответить (анонимно) на поставленные вопросы с целью получения обратной связи. Заранее Вам благодарны!

Инструкция: в предложенных вопросах отметить баллы, следует руководствоваться принципом от меньшего к большему: 0 - фактор отсутствует, 1б. – минимальный балл, 10б. – максимальный балл. Выбранное подчеркнуть.

1. Оцените степень Вашей включенности в занятия: 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Информация, полученная на занятиях является:

Интересной 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Полезной 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Доступно изложенной 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Актуальной для меня 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Было ли Вам трудно воспринимать информацию, выбранное подчеркнуть:

Нет / да / отдельные темы При выбранном ответе да или отдельные темы укажите причину:

- много непонятного

- эмоционально тяжело

- неинтересно

- неактуально для меня

- иной вариант

4. Готовы ли вы использовать полученные знания на практике?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

5. Что полезного и значимого вы почерпнули для себя?

6. Произошли ли у Вас изменения в эмоциональном состоянии

Улучшилось, стало стабильнее 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ухудшилось 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Осталось прежним

7. Является ли, на ваш взгляд, Клуб замещающих родителей необходимым для Вас

8. Ваши замечания и пожелания к ведущим:

Приложение 4

Конспекты занятий

Занятие 1.

«Внутрисемейные отношения, как фактор воспитания ребенка: границы семьи, подсистемы, стили семейных взаимоотношений»

Цель занятия: Повышение психолого-педагогической компетентности замещающих родителей в вопросах влияния внутрисемейных отношений на процесс воспитания детей, в том числе приемных.

Ожидаемый результат: расширение информационного поля по данной теме и осознание приемными родителями влияния внутрисемейных отношений на поведение приемного ребенка.

Необходимые материалы: мягкая игрушка небольшого размера, таблицы 4 (по количеству стилей семейного воспитания) флипчарт, маркер, блокнот-мотиватор, цветные ручки, цветные карандаши.

Ход занятия

Разминка:

1. «Путешествие». По кругу отвечаем на вопрос - Куда еду и на чем? Ответ (место и средство передвижения) должен начинаться на 1 букву своего имени. С целью продолжения знакомства.
2. «Тройки» (упражнение при необходимости, с целью снятия эмоционального напряжения). Называют по порядку числа по кругу, если число содержит цифру 3 или делится на 3, то молча хлопают (можно на вылет из игры).

Основная часть:

Семья – сложная система, состоящая из многих людей, однако сама она представляет собой подсистему больших систем – расширенной семьи, группы, общества в целом. Взаимодействие с этими большими системами порождает значительную часть проблем и задач семьи, а также системы ее поддержки.

Кроме того, в семье существуют дифференцированные подсистемы. Такую подсистему представляет собой каждый человек или диада, например муж и жена. Более обширные подгруппы образуют поколения (подсистема сиблингов), половые группы (дед, отец и сын) или функциональные группы (родительская подсистема). В рамках семейной системы особое значение, помимо индивида, имеют три подсистемы: супружеская, родительская и подсистема сиблингов.

Семейные подсистемы – это более дифференцированная совокупность семейных ролей, которая позволяет избирательно выполнять определенные функции и обеспечивать жизнедеятельность. Один из членов семьи может быть участником нескольких подсистем – родительской, супружеской, детской, мужской, женской и др. Однако одновременное функционирование в нескольких подсистемах обычно малоэффективно.

Внешние и внутренние границы

Границы между подсистемами – это правила, которые определяют, кто и каким образом выполняет семейные функции в определенном аспекте семейной жизни. Любая система имеет свои границы, задающие ее структуру и динамику

функционирования. Внешние границы в норме способствуют формированию идентичности семьи. Внешние границы – это границы между семьей и социальным окружением. Они проявляются в том, что члены семьи ведут себя по-разному друг с другом и с внешним окружением. Внутренние границы – структурированию психологического пространства семьи, что в конечном итоге дает сильный импульс к развитию. Внутренние границы семьи задаются посредством разницы в поведении среди членов различных подсистем. Границы бывают жесткие, размытые и проницаемые.

Если внешние границы жесткие (семья живет очень замкнуто, гости приходят редко, по конкретным поводам и только по приглашению), то у членов семьи нередко возникает страх перед окружающим миром, не формируются навыки общения с другими людьми. В результате внутренние границы между подсистемами становятся размытыми. Например, в таких семьях родители могут посвящать детям много времени и нередко берут на себя ответственность за их дела. Возникает поведенческое оформление размытых границ: мама делает с ребенком уроки, и поэтому он за них не отвечает. И если ребенок получит двойку, то это не его двойка – это двойка мамы.

Существует определенная закономерность: чем в большей степени закрыты внешние границы семейной системы, тем в большей степени открыты границы внутрисемейных подсистем. Расстановка границ семейных подсистем определяет коалиции, существующие в семье. Недостаточно четкие границы между подсистемами не только тормозят развитие семьи и взросление ее членов, но также способствуют образованию коалиций – объединений между родственниками. Коалиции, как правило, предполагают наличие триангуляции – использования третьего лица для решения конфликта между двумя другими членами семьи.

Поскольку появление в семье приемного ребенка требует изменения существующих семейных отношений, многое во взаимоотношениях с ним зависит от того, насколько легко семья приспосабливается к изменяющимся требованиям среды и внутрисемейной ситуации.

1. Семьи с ригидностью семейных правил. Появление ребенка сопряжено с необходимостью изменять привычки и правила всей семье, часто она к этому не готова. Детско-родительские отношения отличаются холодностью, родители разочарованы в ребенке, недовольны семейным функционированием. Для ребенка характерно негативное самоотношение, недостаток эмоционально-личностного общения с приёмными родителями.

2. Семьи с жёсткими семейными ролями. Если система принимает ребенка, приходя с его появлением в равновесие, то любое изменение социальной ситуации в дальнейшем или просто изменение ребенка в связи с развитием или другими факторами может привести к расшатыванию системы. В такой ситуации семья должна «приспособиться» к изменениям, что может быть затруднено в силу ригидности семейных ролей и функций. Вследствие этого, либо возникает кризис, симптоматическое поведение, либо ребенка убирают из системы (например, госпитализируют). Детско-родительские отношения сопровождаются неуверенностью родителей в ребенке, частыми разочарованиями в нём,

отсутствием принятия ребёнка как целого. Для детей характерно негативное самоотношение, агрессивные проявления, асоциальное поведение.

3. Ситуативная необходимость в приёмном ребёнке. В тех случаях, когда через некоторое время после приема ребенка происходят изменения семейной ситуации, а приемный ребенок был нужен для решения ситуативных задач, также могут возникать проблемы в детско-родительских отношениях. Например, если родители усыновили ребенка, так как родная дочь выросла и ушла из дома, то в том случае, когда она вернется жить к родителям, могут возникнуть проблемы в отношениях с приемным ребенком. Детско-родительские и семейные отношения в целом характеризуются конфликтностью, негативным отношением членов семьи к приёмному ребёнку, негативным самоотношением у ребёнка, недостатком эмоционально-личностного общения, негативным и агрессивным отношением к изменению семейной ситуации и некоторым членам семьи.

Стили семейного воспитания – это разные системы воспитательного воздействия родителей на детей. В зависимости от них, дети в семье могут по-разному себя вести: беспрекословно слушаться старших или быть свободными практически в любом решении, обсуждать свои проблемы с родителями или замалчивать их, предлагать свои варианты решения той или иной ситуации либо молчать, зная, что все равно никто не послушает. Поведение родителей также может быть различным: от жестких и непоколебимых рамок и границ до абсолютной незаинтересованности в жизни своих отпрысков.

Характеристики стилей, преимущества и недостатки обсуждаются в группе с опорой на материал из нижеприведенной таблицы. Графу «Последствия для детей» родители заполняют в подгруппах, далее обсуждение на круг. См. приложение.

Далее работа в блокноте – мотиваторе стр. 4-5 «Семейный альбом»

Обсуждение заявленных проблем в общем кругу.

Д.з.: работа в блокноте – мотиваторе стр.6-7

Заключение: подводим итоги. Получаем обратную связь.

Приложение к занятию

Стиль воспитания	Характеристика	Преимущества	Недостатки	Последствия для детей
Авторитарный	Строгая дисциплина, беспрекословное подчинение детей родителям, жесткие правила и ограничения в отношениях. Ребенок не имеет права выбора, не	-родители стараются дать детям все самое лучшее — чаще всего это касается материальных благ и успешного места в жизни; -дети послушны, воспитаны и вежливы; -практически идеально ведут себя в	-дети в такой семье не получают любви и ласки в достаточном для них количестве; -ребенок не умеет принимать собственные решения, привыкая, что всю ответственность за выбор берут на себя другие люди; -не умеет отказывать, в том числе тогда, когда это необходимо.	<i>Дети вырастают замкнутыми, иногда жестокими, не умеющими ладить с окружающими. Они всегда испытывают огромную потребность в любви. В подростковом возрасте, став более самостоятельным физически, почувствовав</i>

	самостоятели и не умеет нести ответственность.	общественных местах; -выполняют все просьбы; -не спорят со взрослыми; -родителям легко руководить своими детьми, навязывая свое мнение; - по мнению взрослых членов семьи, детям светит успешное будущее и легкость в достижении целей.	может пойти с незнакомым человеком, под давлением более взрослой компании попробовать алкоголь или наркотики; -нерешительность, ощущение своей неважности, подавленность и жизнь в постоянном страхе перед собственными родителями; -утрата доверия к миру и взрослым.	<i>поддержку компании, подросток может полностью перестать слушаться родителей, так как они теряют в его глазах весь свой авторитет. Привыкший к насильственным формам воспитания: крику, физическим наказаниям и угрозам, подросток перестает их воспринимать. Другая категория таких детей - не умеют принимать собственные решения, отстаивать свою точку зрения и противостоять тому, что им не нравится, очень часто развивается закрепленная позиция жертвы. - наследование стиля воспитания собственных авторитарных родителей; - противоположный авторитарному – либеральный стиль, когда отпрыску все разрешается, не устанавливается никаких границ, не обозначаются правила поведения. Оба варианта не приведут к развитию здоровой личности.</i>
Стиль воспитания	Характеристика	Преимущества	Недостатки	Последствия для детей
Либеральный	Практически полное	- с раннего детства ребенок	- не в полной мере осознает правила	- дети либеральных

	отсутствие каких-либо рамок и границ, незаинтересованность родителей в жизни своих детей, снятие с себя ответственности за их будущее	понимает, что вся ответственность за его поступки – на нем самом; - младшего члена семьи не загружают домашними делами, не заставляют делать уроки; - он может проявлять и искать себя сам, никто не заставит его заниматься тем, что не нравится.	поведения в обществе, поэтому иногда может вести себя достаточно неприлично; - без ощущения каких-либо психологических границ, человек оказывается не готов к сопротивлению со стороны других людей; - иногда подросток, может оказаться в ситуации, опасной для жизни и здоровья (позволено гулять до поздней ночи в асоциальной компании друзей); - дети с либеральными родителями чувствуют себя неуверенно, так как им кажется, что родители к ним равнодушны; - низкая школьная успеваемость в связи с незаинтересованностью родителей в учебной жизни чада; - пытаюсь обратить на себя внимание, малыш может прибегать к девиантным элементам поведения: проявлениям агрессии, нанесению урона имуществу или другим людям.	<i>родителей часто связываются в нехорошие компании, так как там они получают порцию необходимого им внимания; - ощущение ненужности своим родителям и отсутствием правил в семье; - подростки из либеральных семей часто до зрелого возраста не могут полностью определиться с желаемой профессией, неуверенны в себе и своих силах, не умеют аргументированно защищать свою точку зрения, так как в их родительской семье это не требовалось; - своих детей обычно воспитывают в том же стиле, так как не представляют, как делать это иначе, иногда пытаются вести авторитарный стиль, но не всегда могут жестко держать границы, в результате дети быстро перестают слушаться.</i>
Стиль воспитания	Характеристика	Преимущества	Недостатки	Последствия для детей
Опекающий	Постоянные ограничения в свободе детей родителями, у которых чаще всего	-спокойный кроха, который не полезет лишний раз на высокую горку и не станет испытывать	-тревожность, ощущение беспомощности, задержка личностного развития; за попытки	- человек, выросший у опекающих родителей, возможно, навсегда останется жить

	присутствуют тревожные намерения и мотивы. Ребенок боится окружающего мира, не уверен в себе, испытывает тревогу и чувство вины	свойства спичечного коробка; - он всегда под контролем, не говорит и не делает ничего лишнего; - первые несколько лет малыш безоговорочно доверяет маме, слушаясь ее при каждом действии.	обойти родительские наказания; - не чувствует, что ему доверяют; - малыш растет не самостоятельный, ленивый и пассивный; - недоверие и страх по отношению к миру, так как родители постоянно транслируют информацию об опасностях вокруг.	<i>вместе с ними: умение принимать собственные решения не сформировано, мотивация к успешной жизни отсутствует;</i> - <i>устраивать собственное будущее – страшно и неохота, брать на себя ответственность на работе – опасно и не хочется, бытовые навыки развиты слабо;</i> - <i>если же человек сможет отделиться от родителей, то вряд ли он станет успешным;</i> - <i>низкая самооценка, он не умеет самостоятельно постоять за себя, всего боится и за все тревожится. Таких работников не ценят, о таких супругах не мечтают.</i>
Стиль воспитания	Характеристика	Преимущества	Недостатки	Последствия для детей
Демократический	Основа – сотрудничество между детьми и родителями. Взрослые справедливы, сдержанны и последовательны, демонстрируют детям свою любовь и умеют выставлять гибкие	-ребенок чувствует любовь и поддержку; - учится брать на себя ответственность и быть самостоятельным; - имеет право выбора; может принимать решения соответственно возрасту; - не боится обратиться за	Здесь лишь один, но очень существенный минус: демократический стиль воспитания ребенка в семье требует огромного количества любви к своему малышу, терпения, уважения и родительской мудрости. Если самих взрослых воспитывали авторитарно, либерально, хаотично	<i>В демократической семье у ребенка есть все шансы вырасти успешным человеком, ценным работником и примерным семьянином, так как он уверен в своих силах, умеет договариваться и проявлять любовь к близким.</i>

	<p>границы. Дети учатся быть самостоятельными и ответственными, имеют право выбора и свободу голоса, но в разумных пределах</p>	<p>помощью к родителям; - знает правила поведения в обществе; - четко осознает свои психологические границы и границы других людей; - умеет ставить цели и достигать их; - ребенок чувствует себя уважаемым и учится также относиться к другим; - всегда открыт для новых знаний, умений и ощущений; - менее подвержен влиянию негативных компаний; - ребенок имеет адекватную самооценку и уверен в себе и своих силах.</p>	<p>или опекающее, то им придется приложить немало усилий для формирования такого стиля воспитания своих детей.</p>	
--	---	--	--	--

! Курсивом отмечен блок для самостоятельной работы кандидатами в приемные родители

Занятие 2

«Сохранение личных границ. Сепарация.»

Цель занятия: повышение осознанности замещающих родителей в вопросах сепарации и формирования личных границ. Профилактика возникновения конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях.

Ожидаемые результаты: расширение информационного поля по вопросам формирования личных границ и процесса сепарации. Понимание специфики формирования границ и процесса сепарации у приемных детей.

Необходимые материалы: мягкая игрушка небольшого размера, пуговицы 2 размеров в количестве по 2 штуки на 1 участника, флипчарт, маркеры, блокнот-мотиватор, цветные ручки, цветные карандаши.

Ход занятия

Разминка:

1. Упражнение «Когда мы пойдем в зоопарк...»

Участники по очереди (по кругу) продолжают фразу «Когда мы пойдем в зоопарк, я хотел бы увидеть ... (название животного, птицы, любого питомца зоопарка, начинающееся на первую букву своего имени) и покормить его ... (название еды, корма также должно начинаться на первую букву имени самого участника).

2. Упражнение «Послание».

Каждому участнику предлагается передать какую-либо приветственную фразу или другое приятное послание члену группы, сидящему в кругу напротив него. Это сообщение он отправляет через участника, который сидит слева от него. Например, он говорит соседу: «Передайте Свете, что я очень рад ее видеть». Этот участник в свою очередь сообщает своему соседу слева: «Александр передает Свете, что он очень рад ее видеть». Тот передает сообщение дальше по часовой стрелке. Когда послание доходит до участника, сидящего рядом со Светой, он сообщает ей: «Тебе пришло сообщение от Александра, он очень рад тебя видеть». Света благодарит Александра вербально (кивком головы, поклоном), далее таким же образом передает какую-либо приветственную фразу другому члену группы, сидящему в кругу напротив нее.

Отзывы по домашнему заданию.

Основная часть:

Личные границы ребенка по Л. Петрановской:

Чем старше становятся дети, тем важнее наладить с ними контакт и учитывать их мнение и чувства по самым разным вопросам. Как это сделать? Прежде всего, понять, в каких ситуациях вы чаще всего нарушаете границы ребенка, принести ему свои искренние извинения и начать диалог на эту тонкую тему.

- Границы тела. Большинство людей не любят, когда их трогают без спроса. Речь идет не только о бесцеремонных знакомых, но и о прикосновениях чужих людей в транспорте или о слишком короткой дистанции в очереди. Детям также не

всегда приятно, когда их внезапно хватают, обнимают и целуют. Если ребенок вырывается и сопротивляется, не стоит настаивать. Важно отнестись к его отказу от телесного взаимодействия в данный момент с пониманием и уважением.

- **Границы чувств.** Родителям не просто принять яркие эмоции ребенка, с которыми они внутренне не согласны. Например, сложно разрешить школьнику злиться на справедливую «двойку» или позволить малышу сторониться старенькую бабушку, которая полтора часа ехала, чтобы взглянуть на правнука. Но ребенок имеет полное право на собственные чувства. Мы можем ограничивать его поведение, но не эмоции.

- **Границы отношений.** Когда мама и папа ссорятся, каждый из родителей может настаивать, чтобы ребенок принял его сторону. То же самое часто хотят от детей в конфликтах между старшими и младшими родственниками. Когда ребенок подрастает, родители прямо или косвенно стараются подобрать ему «правильных» друзей и запретить общаться с теми, кто им по каким-то причинам не нравится. На самом деле, важно помнить, что дети — это отдельные люди. Как они строят свои отношения с другими — это их личное дело.

- **Границы личного пространства.** Этот пункт — самый частый повод для семейных конфликтов. Родителям важно запомнить, что нельзя без спроса брать вещи ребенка, проверять его телефон, наводить порядок в его комнате, читать его дневники и аккаунты в социальных сетях. Если вы нарушили границы личного пространства ребенка, важно вовремя извиниться и постараться больше так не делать.

- **Границы способности к разумным суждениям.** Особенно остро на неуважение в этом направлении обижаются подростки.

Для того чтобы ребенок с возрастом научился уважать личные границы других людей, он должен уметь ставить себя на их место. Это начинает происходить примерно к шести годам, когда у ребенка созревают доли мозга, отвечающие за контроль. Примерно тогда же полевое поведение (в детском возрасте — это совокупность импульсивных ответов на стимулы окружающей среды) сменяется волевым и появляется какой-то самоконтроль. Поэтому, когда мы устанавливаем правила или запреты, мы должны понимать, в состоянии ребенок их соблюдать или нет.

Если мы требуем от ребенка соблюдения личных границ других людей, мы должны быть уверены, что сами их соблюдаем. Откуда ребенок узнает, что нельзя брать чужие вещи, если все, «кому не лень», берут его вещи? Откуда ребенок узнает, что нельзя заходить в чужую комнату, если мы сами нарушаем это правило по отношению к нему?

Если в семье родители не соблюдают личных границ, скандалят, оскорбляют друг друга, можем ли мы ожидать, что ребенок научится это делать?

Поэтому для начала нужно пересмотреть порядки в своей семье.

Кроме того, если вы позволяете себе нарушать личные границы ребенка, преуспев в физическом или эмоциональном давлении, то он будет терпеть, а потом начнет саботировать вас по сценарию "не услышал – не понял – не выполнил". А если при этом в семьях запрещено открыто выражать свое несогласие с необходимостью что-то сделать, а нежелание каких-либо действий неприемлемо,

то ребенок уйдет в пассивную агрессию. Поэтому говорить с ребенком о личных границах, когда у вас, у взрослых, самих еще ничего не налажено, не стоит.

Очень важно помнить, что идея границ служит для того, чтобы минимизировать конфликты.

Если вы устанавливаете границы между ребенком и взрослым, то делаете это не с позиции равных. Вы с ребенком не равны. Поэтому и правила устанавливать вам. Если вы доминантный заботливый взрослый, который устанавливает границы, то задумайтесь, справедливы ли они, не рано вы ими озаботились, готов ли ребенок их соблюдать. Вы – в роли мудрого правителя должны постоянно эти законы «подкручивать» и следить за их соблюдением.

Упражнение «Мои личные границы»

Инструкция

1. Сформулируйте для себя список того, что вам было можно и нельзя в детстве; какие из этих предписаний больше всего повлияли на вашу жизнь?

2. Оцените, насколько разумны родительские установки? По шкале от 1-10 проставьте балл каждому из них

3. Если бы вы сами были себе хорошим родителем, как бы вы сформулировали эти разрешения и запреты? Условие: на каждый запрет выписываем минимум 3 разрешения

4. Запишите эти формулировки простыми словами в 2 столбика: "ты можешь" и "не стоит"

Примерный список

-Ты можешь учиться тому, что тебе интересно, приносит тебе удовольствие и радость!

-Ты можешь прислушиваться к советам людей, которые много знают и умеют, и по-настоящему желают тебе блага!

-Ты можешь проявлять свои таланты и делиться ими с теми, кому это нужно!

-Ты можешь выбирать, кому ты доверяешь, а с кем предпочтешь держать безопасную дистанцию.

-Ты можешь попросить конкретной помощи у людей, которые могут её оказать. Людям нравится оказывать помощь!

-Ты можешь проявлять свои чувства безопасным для себя образом, в безопасном пространстве, с безопасными людьми!

НО

-Не следует причинять вред себе и (намеренно) причинять вред другим

-Не стоит соглашаться на отношения и действия, которые причиняют тебе боль и противоречат твоим представлениям о хорошем и правильном

Постепенно вы сможете заметить, как эти формулировки сократятся до простых "да" и "нет", когда вы прислушиваетесь к себе, выбирая, что необходимо сделать. Научитесь говорить "да" хорошему и полезному для вас и "нет" тому, что является деструктивным и опасным.

Это и есть функция здоровых границ: не в ограничении свободы, а возможности жить достойной для вас жизнью со всеми ее возможностями, задачами и испытаниями, не причиняя своими действиями вреда себе и окружающим.

Сепарация – это психологическое отделение ребенка от мамы, от родителей и от семьи в целом. Важно знать, какие этапы сепарации существуют, чтобы помочь ребенку их пройти. Зачастую для родителей пики сепарации – самые сложные периоды родительства.

Первый этап сепарации (от рождения до 1 года)

□ Рождаясь маленьким беспомощным комочком, который неразрывно связан с мамой, уже к первому году жизни ребенок начинает переворачиваться, садиться, вставать, взаимодействовать с предметами и людьми. А самое главное – он начинает самостоятельно ходить, что дает ему первую и очень важную возможность познавать этот мир уже без такой активной помощи мамы, как когда он только родился. В этот период как никогда важна мамина забота, участие, помощь, внимание к потребностям ребенка без страха его избаловать своей любовью и вниманием. Ведь первые три года у малыша формируется базовое доверие к миру, которое станет основой его активного познания и развития. Поэтому ребенку важно дать безопасное и поддерживающее пространство для самостоятельности.

□ Примерно около 7-8 месяцев (плюс-минус месяц) ребенок начинает преследовать маму как хвостик, панически боится остаться без мамы, стесняется или даже испытывает страх при появлении незнакомых людей.

Такое поведение малыша означает, что у него обострилась сепарационная тревога.

Признаки:

- Ухудшение сна, долгие укладывания, частые пробуждения.
- Ухудшение аппетита.
- Протест против переодеваний, принятия ванны, любимых игр.
- Ребенок «виснет» на руках, не дает маме уйти даже в другую комнату.
- Уход мамы сопровождается громким плачем.
- Ребенок боится и стесняется окружающих – незнакомых и даже близких.

- Ребенок постоянно требует к себе внимание именно мамы.

Как пережить этот период и как необходимо действовать маме, чтобы сепарационная тревога не затянулась - подробности читайте здесь.

Второй этап сепарации (2-3 года)

□ Второй этап сепарации приходится на кризис 3-х лет, но может начаться и раньше – в полтора-два года. Этот период в зарубежной психологии называют – «эти ужасные двухлетки» (terrible twos). Сам по себе кризис 3-х лет еще называют кризисом «Я сам!», то есть ребенку крайне важно ощутить свое внутреннее «Я», свою волю, свою самостоятельность.

□ Результатом этого возрастного периода станет либо автономия ребенка, когда он верит в свои силы, проявляет инициативу и самостоятельность. Либо неуверенность ребенка, постоянные сомнения в себе.

□ Чтобы этот этап сепарации прошел наиболее легко, важно предоставить ребенку свободу выбора, не торопить его, дать возможность выполнять те или иные действия в его индивидуальном темпе (соответственно, важно выделять больше времени, если вы, например, куда-то собираетесь). А самое главное – больше подчеркивайте успехи своего ребенка. Даже если они вам

кажутся не значительными – это для него большая победа над собой. Не забывайте, что именно сейчас у ребенка закладывается зерно уверенности в себе.

Третий этап сепарации (подростковый возраст)

□ Этот этап характеризуется процессом самоидентификации ребенка, ответом на вопрос – «кто я в этом мире?» На первый план выходят мировоззренческие ценности. И в большей степени в этот период подросток уважает и ценит мнение своих сверстников, тогда как слова взрослых и родителей тотально подвергаются критике и обесцениваются.

□ Если в прошлые этапы родители еще способны дать ребенку необходимую свободу, то в этот период многие не могут справиться с чувствами и начинают провоцировать или обострять конфликты. Важно понимать, что в этом возрасте ребенок проходит невероятную физическую и личностную трансформацию. Он находится не только в конфликте со всем миром, но и в еще большем конфликте с самим собой. Это кажется невероятным, но для того, чтобы укрепить доверительную связь с ребенком, важно сделать шаг назад, лишь помогая и поддерживая его. Чем больше родители давят на подростка, тем дольше и ярче подростковый кризис будет длиться.

Четвертый этап сепарации (17-19 лет)

□ Это важный период в процессе сепарации, когда ребенок вступает во взрослую самостоятельную жизнь. Если сепарация произошла успешно, то ребенок любит, ценит, уважает свою семью, но психологически отделен от нее. Он опирается на свои собственные взгляды и ценности.

□ И в этот период родители как никогда остро сами переживают процесс сепарации. Им страшно отпустить своего ребенка в свободное плавание. Однако очень важно сейчас не просто сделать шаг назад, а уйти в тень. А также выстраивать отношения с ребенком не с позиции взрослый-ребенок, а с позиции двух самостоятельных взрослых, то есть уважая мнения и решения ребенка, не давая непрошенные советы, не контролируя его частную жизнь.

С приемным ребенком ситуация усугубляется тем, что приемный родитель, желая самого доброго и опасаясь повторения негативных моментов истории кровной семьи сына или дочери, невольно делает эти «неприятности» более притягательными. «Не дай Бог станешь таким же как...», — достаточно сильно влияющая установка. Только она не защищает, а наоборот, толкает ребенка исследовать то, что было запрещено.

Поэтому работа с историей ребенка, обсуждение причин сложностей кровной семьи, подчеркивание ресурсных сторон может быть хорошей «подушкой безопасности», которая поможет избежать слишком опасных исследований. Только вместо «никогда не вздумай» лучше говорить о другом.

Например, о том, «как думаешь, были ли счастливы кровные родственники в своем выборе? Хотели ли изменить? Желали бы тебе такой же судьбы?»

Еще одна особенность, которую нужно учитывать, отпуская приемного ребенка в самостоятельное плавание – диспропорция в развитии.

Говоря более простым языком, нужно быть готовым к тому, что в ряде вопросов будут приниматься решения, свойственные более младшему возрасту: спонтанные покупки, отсутствие планирования, прогулы учебы, не налаженный быт и многое-многое другое.

И здесь от взрослого требуется определенное умение — понимая сложности, не контролировать, а мягко подсказывать.

Например, приглашать пообедать: «Мы так соскучились!», закрывать глаза на беспорядок, будить в колледж смс-кой: «Желаю тебе хорошего дня!», приносить «неожиданно оставшийся лишний, сами не съедим, испортится» кусочек пирога.

Но ни в коем случае не переходить на жесткий и навязчивый контроль: «Ты где? Ты ел? Ты с кем?» И отказаться от завышенных ожиданий – первое время ребенок, скорее всего, будет допускать ошибки и ему потребуется помощь, важно поддерживать его в том, что получается, и подсказывать, как решить сложности.

Может выйти и по-другому. Ребенку исполнилось 18, 20, а он все еще не чувствует себя достаточно уверенным, чтобы отделяться. Самостоятельное проживание, нахождение одного в пустой квартире действительно может пугать.

Тогда помощь может потребоваться в том, чтобы потихоньку знакомить ребенка с его новым местом проживания, предлагать побыть там днем, по несколько часов, обставить жилье по его вкусу. Обозначать, что у родителей его всегда ждут, а отдельное пространство – это его территория, в которой он может все сделать так, как ему нравится.

Так же важно понять: какой опыт сепарации у самих приемных родителей? Легко ли их отпускали родители? Или до сих пор держат «руку на пульсе» — звонками, приездами без предупреждения, контролем?

Если опыт сепарации положительный, то ребенка будет отпустить гораздо легче. А если нет, то сначала лучше проработать это со специалистом – тогда часть страхов уйдет и отпустить ребенка станет намного легче. И ему будет передаваться более оптимистичный настрой: «У тебя получится, я в тебя верю!»

Если родитель искренне транслирует это, у ребенка значительно возрастают шансы на гармоничную и счастливую самостоятельную жизнь.

! Самый безотказный способ зацементировать свою семью раз и навсегда – не давать повзрослеть ребенку. Тогда он никуда не денется.

! Если все этапы сепарации пройдены успешно, если осуществлены все типы сепарации то, такой взрослый...:

- нравится противоположному полу,
- он социально и финансово полностью автономен от родителей,
- он активно взаимодействует с социумом,
- он успешен в профессии, в бизнесе.

! Если процесс отделения от родителей не был завершен, то жизнь вытворяет с человеком разные фокусы.

Можно выделить три ключевых проблемных сферы:

- проблемы в отношениях, в том числе с противоположным полом,
- проблемы в родительно-детских отношениях и детско-родительских, то есть взрослый человек не может найти общего языка со своими родителями и, как правило, не может найти общего языка со своими детьми,

- проблемы в сфере профессии, бизнеса и денег.

Это если кратко о проблемах.

Кроме того *ребенок сам может не хотеть отделяться*. И, например, в подростковом возрасте вместо того, чтобы решать основной вопрос: «Кто я и куда

иду» – подросток развивает любые формы нарушенного поведения для того, чтобы не отделяться от семьи. Асоциальное поведение, алкоголизм, наркомания, академическая неуспеваемость - хорошие способы доказать миру свою несостоятельность и обеспечить семью необходимостью заботиться о себе.

На протяжении всей жизни ребенка родители должны передавать ему ответственность за его поступки, за его жизнь.

Вопрос к родителям: Как вам это высказывание? Какие чувства оно в Вас вызывает?

Возможно, есть чувство неприятия, протеста, и, конечно же, тревога и беспокойство.

Эти чувства вполне обоснованы. Конечно же, в мире есть опасности, и дети, впрочем, как и взрослые, могут попадать в непростые жизненные ситуации. Тем больше оснований стремиться к тому, чтобы как можно скорее сделать ребенка ответственным за собственное поведение.

Единственная реальная защита ребенка от всех этих опасностей – это его здравый смысл и знание, что именно он сам должен распознавать опасности и принимать по отношению к ним соответствующие решения.

Если же ребенок считает, что беспокоиться по поводу опасностей и принимать решения – обязанность взрослых, то он, скорее всего, переложит все заботы на родителей и будет беззаботно радоваться чувству своей полной безответственности. А вот это уже действительно страшно. Взрослый не всегда оказывается рядом, чтобы «подстелить соломки», а подросток живет с чувством ложной, мнимой безопасности. Кроме того, ждать, пока ребенок повзрослеет и сам возьмет на себя ответственность не продуктивно. Среди 30-ти или даже 40-летних немало найдется взрослых, которые так и не приняли на себя ответственность за свою собственную жизнь.

Защищая ребенка от опасной жизни, взрослый рискует помешать ему развить в себе ту силу, которая может справиться с этими опасностями.

Упражнение на сепарацию с пуговицами

1. Выберите 2 пуговицы: 1 – это вы, 2 – ребенок.
2. Что общего в пуговицах? В чем они разные? Как это отзывается про вашу жизнь? Про вас и ребенка?
3. Разложите пуговицы в некоем условном пространстве относительно друг друга... Как расположены пуговицы сейчас? Что это для вас значит? А как бы хотелось, чтобы они располагались? Что это будет для вас значить?
4. Сложите пуговицы вместе сразу в две ладошки...почувствуйте, что происходит.
5. Затем сожмите одну пуговицу в одном кулаке, другую – в другом... И медленно разведите руки... Почувствуйте, что происходит...
6. Храните эти пуговицы дома в разных местах. И вспоминайте о нашей сегодняшней теме.

Далее работа в блокноте – мотиваторе стр. 8 «Наполни это сердце тем, что тебя радует»

Обсуждение заявленных проблем в общем кругу.

Д.з.: работа в блокноте – мотиваторе стр.9

Заключение: подводим итоги. Получаем обратную связь

Занятие 3 Практикум

«Арт-терапевтические методы, как способ укрепления ресурса»

Цель занятия: обучение техникам самопомощи, восстанавливающим эмоциональное и физическое состояние. Содействие в усилении ресурсности родителей.

Ожидаемые результаты: освоение техник самопомощи, улучшение эмоционального и физического состояния, усиление ресурсности родителей.

Необходимые материалы: мягкая игрушка небольшого размера, старые журналы и рекламные листовки для составления коллажа, ножницы и клей (по количеству участников), МАК «Мои ресурсы» или любые ресурсные МАК. На каждого участника: - листы не менее формата А3; - набор цветных карандашей, фломастеров и ручек по возможности большего количества цветовых оттенков; -лист бумаги формата А 4, лучше если более плотный (для черчения); -шариковая (гелевая) ручка черного или темно-синего цвета, в крайнем случае, черный линер или тонкий фломастер; - блокнот-мотиватор.

Ход занятия

Разминка:

1. *Упражнение «Мои качества, начинающиеся на первую букву моего имени»*

Участники у кого в руках игрушка по кругу называют качества, относящиеся к ним самим в той или иной мере, но они должны начинаться на первую букву их имени (пример: Мария – милая, молчаливая, Сергей – сильный, смысленный).

2. *Упражнение «Ученые доказали»*

Упражнение выполняется, встав в круг. Ведущий произносит фразу «Ученые доказали, если будешь делать так, то будешь умным», показывает какое-то движение. Затем слова и движения повторяют остальные. Далее участники по очереди, повторяя фразу «Ученые доказали, если будешь делать так, то будешь умным», показывают предыдущее движение, а затем добавляют какое-то новое свое движение. Игра проходит по принципу «снежный ком».

Отзывы по домашнему заданию.

Основная часть:

Ресурсы человека делятся на социальные и личные, иначе говоря — внешние и внутренние. Внешние ресурсы – это материальные ценности, социальные статусы (роли) и социальные связи, которые обеспечивают поддержку социума, помогают человеку снаружи. Внутренние ресурсы – это психический личностный потенциал, характер и навыки человека, которые помогают изнутри.

Упражнение «Анализ собственной ресурсности» (внешние и внутренние ресурсы), (см. в Приложении)

После заполнения таблицы, участники делятся на круг.

Арт-терапия одно из множества современных направлений раскрытия своего духовного роста, природного потенциала, творческих способностей, которые,

несомненно, есть у каждого из нас. Арт-терапия уходит корнями в древнейшее искусство, как известно, наши предки рисовали наскальные рисунки, устраивали пляски у костра и пели песни. Они рисовали то, что видели, что их окружало, складывали песни о том, что им помогало выживать - огонь, деревья, земля, вода, ветер, звёзды на ночном небе, животные - осознанные природные стихии и отраженные образы в творческом порыве материализации образов. Арт-терапия - это отражение древнейших инстинктов человека, прошедших многовековую эволюцию, и дошедшая до нашего времени в разных формах современного искусства. Арт-терапия одухотворяет человека, делает душу светлее, учит тому, чтобы проблемы становились задачами, которые потом решаются, теряют свою значимость и в последствии отступают от человека, наполняя пространство души созерцанием красоты мира, в котором мы живём.

Одно из направлений арт-терапии - энергетическое фрактальное рисование. Одно из направлений арт-терапии - энергетическое фрактальное рисование. Метод, получивший название "фрактальный", был впервые применен в 1991 г. на семинарах, посвященных проблемам резервных возможностей человека и способам их самореализации. На метод не влияют ни этнические, ни национальные, ни территориальные различия. Возраст людей прошедших метод от 6 лет до 96 лет. Везде, где применяется этот метод, — результат всегда одинаково высок. Простота и доступность метода основана на надежной научной базе - работы Б. Мандельброта, Е. Файдыш, М. Люшера, Полуяхтова Т.З, Комов А.Е. и др.)

Суть метода, базируется на использовании взаимосвязей между ручной "моторикой" человека и его психическими и психофизиологическими состояниями. Рисунок несёт информацию о состоянии души и тела. Данный метод основывается также на учёте рационального и интуитивного в восприятии человека и в его творческой активности, который я применяю в работе с людьми. Это уникальный метод, который позволяет соприкоснуться с чем-то важным внутри нас, чему обычно мы не даём ни облика, ни голоса, но оно не только живо в нас, но и сильно влияет на наши выборы, желания, на качество нашей жизни. Метод позволяет задействовать глубинные механизмы подсознания, позволяет улучшить состояние своего здоровья, гармонизировать ситуации, связанные с творческими и межличностными проблемами.

Главная задача метода фрактального рисования – самовыражение человека через рисунок, выполненный по определённым правилам. Происходит замена слов рисунками – это переход не только к новой системе кодирования информации, но и к новым методам описания окружающего нас мира. Метод фрактального рисунка может использоваться в индивидуальной работе с клиентом, для снятия напряжения и усталости у детей и взрослых

При освоении метода возрастает духовная составляющая человека, проявляются творческие возможности, которые без сомнения есть в каждом из нас. Фракталы являются символом нового этапа развития естествознания, этапа слияния науки и искусства, этих двух дополняющих друг друга способов познания природы - аналитического и интуитивного.

Инструменты на каждого участника:

1. набор цветных карандашей, фломастеров и ручек по возможности большего количества цветовых оттенков;
2. лист бумаги формата А 4, лучше если более плотный (для черчения);
3. шариковая (гелевая) ручка черного или темно-синего цвета, в крайнем случае, черный линер или тонкий фломастер.

Как рисовать

- Лист перед собой расположить по горизонтали;
- Шарик ручки устанавливаем в любой точке листа;
- Закрыв глаза, 45 – 60 сек. рисуем непрерывную линию, стараясь заполнить как можно большую площадь листа;
- Линия должна быть четкая и хорошо прочерченная;
- Скорость движения ручки средняя, без резких росчерков;
- Рисуем спокойно, стараясь разнообразить направления линий, с большим количеством пересечений по горизонтали, вертикали и диагонали, выполняя круговые, овальные, геометрические и любые другие контуры, стараясь разнообразить движения кисти руки и не допуская частых повторов: только круговых форм; только петлеобразных форм; только 8-образных форм; только углообразных форм;
- Белый фон рисунка необходимо оставить идеально чистым, без помарок, пятен и надписей.

! Закрашивая рисунок, карандаши, фломастеры и цветные ручки (из общего набора) надо брать только с закрытыми глазами.

Несколько полезных советов:

1. Начало и окончание линии обязательно подведите или закруглите к ближайшей точке пересечения. Еще раз подчеркиваем, что линию ведем плавно, со средней скоростью (не очень быстро и не очень медленно). Рука движется свободно, как бы сама собой. Не изображайте знакомые фигуры (цветы, домики, деревья и др.).
2. Соотношение крупных, средних и мелких ячеек на площади рисунка должно быть близким к 1/3, т. е. треть больших, треть средних, треть маленьких.
3. Если, открыв глаза, Вы обнаружили, что в рисунке получилось большое количество крупных ячеек, необходимо закрыть глаза и еще некоторое время наносить линию, стараясь не выходить за пределы листа.
4. При закрашивании необходимо помнить, что соседние ячейки, разделенные линией, нельзя заполнять одним и тем же цветом. Допускается закрашивание соседних ячеек, если они соприкасаются в точке пересечения. Нельзя закрашивать одним оттенком или цветом группу ячеек.
5. Ячейки необходимо закрашивать без штрихов, аккуратно и ровно. Самые маленькие ячейки старайтесь закрашивать только ручкой.
6. Карандаши надо брать из общей массы, с закрытыми глазами: что попадется в руки. Сами ячейки закрашивайте открыв глаза, не выбирая место расположения ячейки: куда рука карандаш поставила, там и закрашивайте.
7. Одним цветом можно закрасить либо одну ячейку, либо несколько ячеек в разных местах рисунка, но не более 10—15. В случае, когда в руки попадает карандаш одного и того же цвета, и нет желания использовать этот цвет, необходимо закрасить хотя бы одну ячейку и лишь затем поменять карандаш.

8. Допускается и рекомендуется использовать при закрашивании одновременно и карандаши, и фломастеры, и ручки.

Создание коллажа «Коллаж моих родительских ресурсов»

На листах не менее формата А3 нужно составить коллаж ваших родительских ресурсов. Для этого можно использовать старые журналы и рекламные листовки. Можно придумать оригинальное название вашему коллажу и подписать.

Готовые работы демонстрируются на круг.

Вопросы: - что чувствовали когда в начале работы, в процессе выбора? Какие чувства возникают глядя на завершённую работу?

Упражнение «Источник силы»

Инструкция: Итак, расположитесь удобно, закройте глаза. Прислушайтесь к своему дыханию. Почувствуйте, как при вдохе грудная клетка поднимается вверх, а при выдохе опускается. Дышите ровно и спокойно: вдох, выдох. «Представьте себе источник сил...внимательно рассмотрите его... посмотрите вокруг, где находится этот источник, определите, на каком расстоянии он находится от вас... Что Вы чувствуете, когда смотрите на этот источник сил? ... Какое настроение исходит от него? Подойдите поближе к источнику... Если можно дотроньтесь до него...Почувствуйте энергию источника...Сделайте сейчас возле источника все, что захотите...Когда будете готовы вернуться из образа, сделайте глубокий вдох и выдох и откройте глаза».

Вопросы для обсуждения: - как вы себя чувствуете? - удалось ли расслабиться и на каком моменте? - что вы представили, как источник сил?

Работа с метафорическими картами «Мои ресурсы»: Техника "Гармонизация своего состояния"

Цель: найти ресурсы для улучшения своего эмоционального состояния.

Вопросы:

- За что я могу благодарить жизнь? (ресурсные, взакрытую, 1 шт.)
- За что я могу благодарить других? (ресурсные, взакрытую, 1 шт.)
- За что я могу благодарить себя? (ресурсные, взакрытую, 1 шт.)

Поочередно раскрыть карты и подвести итоги на круг.

Работа в блокноте – мотиваторе стр. 11-12 (Листы благодарности), стр. 13 (То, о чем мечтаешь)

Д.з.: работа в блокноте – мотиваторе стр.11-13

Заключение: подводим итоги. Получаем обратную связь.

Приложение к занятию

«Мои ресурсы»

Внешние ресурсы – это материальные ценности, социальные статусы (роли) и социальные связи, которые обеспечивают поддержку социума, помогают человеку снаружи. Внутренние ресурсы – это психический личностный потенциал, характер и навыки человека, которые помогают изнутри.

Инструкция: подумайте о том, какими внешними и внутренними ресурсами вы обладаете и заполните табличку

Внешние ресурсы	Внутренние ресурсы

Занятие 4

«Мотивы плохого поведения»

Цель занятия: развитие у замещающих родителей способности к анализу своего и детского поведения. Профилактика возникновения трудного поведения у приемных детей и обострения конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях.

Ожидаемый результат: расширение информационного поля по данной теме, актуализация способности к рефлексии, расширение способов реагирования в сложных ситуациях при нарушении поведения приемными детьми.

Необходимые материалы: мягкая игрушка небольшого размера, флипчарт, маркеры, кейсы.

Ход занятия

Разминка:

1. Упражнение «Домино»

Первый участник встает и представляя 2 руки как 2 стороны у домино и произносит 2 фразы, касающиеся его интересов, умений, желаний и т.п. Пр-р: «С одной стороны, я умею кататься на велосипеде (протягивает одну руку), с другой стороны очень хочу в отпуск, предлагает вторую руку». Присоединиться может любой, кто обладает сходным интересом, желаниями или умениями. Задача группы в итоге образовать 1 замкнутый круг или несколько.

2. Упражнение «Постройтесь по...»

Ведущий обращается к участникам, участники выполняют задания молча:

- постройтесь по росту;
- постройтесь по цвету волос от самых темных к светлым;
- постройтесь по цвету глаз от самых темных к светлым;
- по месяцам рождения, от января по декабрь;
- по размеру ноги и т.д.

Основная часть:

За каждым сложным поведением, которое многократно повторяется, стоит тот или иной мотив. Он может быть связан с удовлетворением потребности — общей или ситуативной. Все мотивы можно разделить на четыре типа.

1. Привлечение внимания.
2. Власть.
3. Мечь.
4. Избегание неудачи.

Эти четыре мотива лежат в основе нарушения поведения ребенка. В таких ситуациях родитель или учитель не может справиться со своей задачей, испытывает много собственных переживаний (часто это гнев, страх, беспомощность) и чувствует себя совершенно некомпетентным.

1. Мотив «привлечения внимания».

Довольно распространенный мотив плохого поведения детей. Возможно, это связано с тем, что при увеличении темпа жизни, взрослые все меньше способны

уделять должное количество внимания ребенку. Подобное поведение вызывает у педагога раздражение, множество замечаний, угроз.

Происхождение мотива:

- Больше внимания уделяется в основном тем, кто ведет себя плохо.
- Ребенок не умеет просить «просить» внимания в приемлемой форме.
- Дефицит личностного внимания.
- Переизбыток внимания дома и как следствие недостаток в группе.

Сильными сторонами поведения являются активность ребенка и факт, что педагог ему нужен.

Принципы предотвращения:

- Больше внимания уделять хорошему поведению
- Обучать ребенка приемлемым формам «требовать» внимание
- Удовлетворять дефицит личностного внимания в семье

2. Мотив «власти»

Чрезмерное внимание, гиперопека со стороны родителей приводит к бунтарству и борьбе за самостоятельность. Уже в двухлетнем возрасте ребенок нередко заявляет настойчивым и громким голосом: «Я сам!». Часто родители теряются от таких заявлений, ведь гораздо проще указывать и делать замечания, чем научить действовать самостоятельно. Часто гиперопека не имеет системы наказания, там скорее наблюдается прерывание действий ребенка, вследствие чего ребенок не может совершить проступок, следовательно, наказывать его не за что. У таких детей нет связки проступок – последствия – наказание, поэтому наказание не имеет для них смысла. У них формируется такое отношение к взрослому как «Вы мне все равно ничего не сделаете». Подобное поведение вызывает у педагога гнев, негодование, иногда страх.

Происхождение мотива:

- Желание выйти из подчинения взрослого и встать со взрослым на одном уровне
- Желание, чтобы считались с его мнением, признавали
- Демонстрация «сильной» личности

Сильные стороны поведения: демонстрация организаторских способностей и умения самостоятельно мыслить, честолюбие, самоутверждение.

Принципы предотвращения:

- Уход от конфронтации
- Снижение напряжения
- Передача воспитаннику посильных организационных полномочий.

3. Мотив «мести».

Причины детской мести могут быть разные: обида, разочарование, ревность, невыполненное обещание и несправедливое наказание. Иногда критика взрослых провоцирует ребенка усугубить ситуации и приводит к тому, что ребенок говорит:

«Вы считаете меня плохим? Но вы еще не знаете, какой я плохой! Сейчас я покажу вам это!». Прежде всего, необходимо спросить себя: «Почему возникла такая ситуация? Что заставляет ребенка так себя вести?» Возможно, Вы несправедливо обвинили ребенка, или за одно и то же действие одного наказали, а другого нет, не уделили ему внимания, когда он этого просил, не похвалили. Поняв причину, постарайтесь ее устранить.

Сильной стороной поведения можно считать то, что эти дети пытаются защитить себя от обид, то есть их способ защиты — агрессия, направленная вовне, на других, а не на себя. В действиях этих детей содержится мощная способность к выживанию. Ради сохранения своего психического здоровья они предпочитают хоть что-то делать.

Принципы предотвращения:

- Строить отношения со всеми воспитанниками так, чтобы чувствовалась забота о них.
- Снижение напряжения
- Обучение тому, как нормальными способами выразить свою душевную боль и страдания, а также приглашение их к разговору в момент травмы или потрясения

4. Мотив «избегания неудач»

Постоянная критика, унижение и череда неудач могут сломить ребенка и, если идет постоянная критика, он теряет уверенность в себе и приходит к выводу: «Что бы я ни сделал, мной всегда недоволен! Вы, взрослые, лучше меня знаете, что и как нужно делать. Значит, зачем стараться? Все равно ничего не получится. Пусть я плохой, мне все равно». И, как правило, за такими мыслями следует отказ от деятельности. У педагогов такое поведение вызывает чувство беспомощности, когда ребенок без особого протеста продолжает ничего не делать.

Данное поведение встречается в активной и пассивной форме. Единственный вид активного поведения такого рода — это припадок в ситуации полного отчаяния. Приступ в ситуации отчаяния — это взрыв, чтобы выпустить пар и спрятаться от очевидной или возможной неудачи. Дети с такими приступами готовы делать что угодно: кричать, лить потоки слез, — лишь бы этот эмоциональный взрыв отвлек их от очевидной для них неудачи.

Пассивная форма встречается в нескольких видах.

Откладывание на потом

Некоторые дети используют именно этот способ для избегания неудачи. «Я смог бы, если бы захотел приложить достаточно усилий». Принцип: Лучше уж чувствовать себя и слыть способным, но нерадивым (или не умеющим распределить время), чем усердным, но тупым.

Недоведение до конца

Неспособность закончить начатые проекты и намерения — это другой вариант пассивного поведения, направленного на избегание неудачи. Начинание, которое никогда не будет закончено, не может быть оценено, в том числе не может получить низкую оценку.

Временная потеря способности выполнить необходимое действие

Некоторые дети избегают неудачи, всячески развивая в себе и лелея временную нетрудоспособность. Предположим, какой-то ребенок умеет читать и неплохо рисует, но совершенно не способен к физическим упражнениям. Как только приходит время идти на физкультуру, у него появляются приступы головной или зубной боли, колики в желудке — все, что может быть причиной не идти на занятие. И все моментально проходит, когда спортивные занятия заканчиваются.

Когда воспитатель сталкивается с поведением, цель которого — избегание неудачи, он может точнее идентифицировать его, если научится осознавать:

- свои эмоции;
- свои непосредственные побуждения, импульсы.

Сталкиваясь лицом к лицу с поведением, направленным на избегание неудачи, воспитатель явно осознает свою профессиональную несостоятельность. Она складывается из сочувствия ребенку и спонтанного импульса помочь ему преодолеть неумение, но когда он оказывается неуспешным, появляется иное желание — оправдать и объяснить неудачу особенностями самого ребенка: его каким-то диагнозом, для чего хочется немедленно показать ребенка врачу или психологу. Либо другой импульс — оставить ребенка в покое, уступить, раз уж наши попытки не дают эффекта.

Поскольку поведение избегающего неудачи ребенка не взбудораживает группу и неагрессивно по отношению к нам, мы не испытываем тех личных обид, которыми сопровождаются другие виды нарушений поведения. И зачастую такие дети остаются без должного внимания и помощи.

Дети же на вмешательство воспитателя реагируют зависимым поведением. Поскольку они чувствуют, что не могут соответствовать ожиданиям, успевать, как все, они ожидают от нас, особой помощи, сами же не предпринимают абсолютно ничего. Такие дети даже не пытаются выполнить требования. Вместе с тем они готовы на любые услуги нам, если это не касается учения по предмету.

Происхождение мотива:

- формируется, когда предъявляются слишком высокие требования
- подчеркивается отрицательное в ребенке, его результатах
- упор на соревновательный элемент

Сильные стороны: есть дети, которые стремятся делать все только хорошо, но, к сожалению, их меньшинство, у остальных детей в поведении нет сильной стороны.

Принципы предотвращения:

- Поддерживать любые попытки ребенка сменить установку «Я не могу» на «Я могу».
- Помогать таким детям преодолевать барьеры, изолирующие их от группы сверстников, втягивать их в продуктивные отношения с другими ребятами.

Объем необходимой поддержки

Мотивы: *объем поддержки:*

1. Привлечение внимания - 1 ед. поддержки

- | | |
|-----------------------|---------------------|
| 2. Власть - | 10 ед. поддержки |
| 3. Мечь - | 100 ед. поддержки |
| 4.Избегание неудачи - | 1000 ед. поддержки. |

Каждый мотив трудного поведения требует особенного подхода. Бывает, что мотив смешанный, — тогда важно разобраться, что первично, и начать работать с тем, что лежит в основе. Необходимо опираться на конкретную историю каждого отдельного ребенка и помогать именно ему в зависимости от обстоятельств.

Важно помнить, что изменение поведения требует от родителя внимания, терпения, включенности в деятельность ребенка. Решить проблему негативного поведения не удастся через демонстрацию негативных форм реакции — агрессию, окрик, жесткие требования. Изменение поведения — это совместная кропотливая работа ребенка и родителя.

Свод законов, с помощью которых можно преодолеть трудности в поведении ребенка

Закон 1. Поздно предъявлять требования и налагать запреты в осознанном возрасте. Этому нужно учить терпеливо и постепенно.

Закон 2. Запреты и требования должны быть гибкими, их не должно быть много.

Закон 3. Требования и запреты не должны вступать в противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

Закон 4. Запреты и требования должны ребенку разъясняться.

Закон 5. Запреты и требования, предъявляемые родителями, должны быть едиными.

Закон 6. Запреты и требования должны предъявляться спокойным и доброжелательным тоном.

Работа с кейсами по определению мотивов поведения

Участники делятся на 4 подгруппы. Каждой подгруппе присваивается свой мотив плохого поведения. Получив набор из 4 кейсов (см. Приложение), участники должны выбрать соответствующий заданному мотиву. Предложить способ конструктивного взаимодействия в данной ситуации, исходя из мотива. Далее вспомнить из личного опыта свои истории, иллюстрирующие данный мотив, поделиться на круг.

Заключение: подводим итоги. Получаем обратную связь.

Приложение к занятию

Кейс 1

Родной сын Степан – 14 лет, приемная дочь Вика – 12 лет. Проблема: Степан и Вика часто ссорятся, девочка всегда плачет и обвиняет во всем Степана. Последнее время Степан стал жаловаться на то, что кто-то размазал жвачку по его любимой футболке, его футбольный мяч оказался проколот, проколотой оказалась передняя шина на велосипеде, а через день ее опять можно было менять.

Последний раз у родителей пропали деньги, которые были обнаружены в вещах Степана.

Кейс 2

Сын Алексей – подросток, 13 лет. Проблема: не желает выполнять прежние договоренности по уборке своей комнаты: «Отстань, я полежать хочу! Я устал! Нормальный пол, тебе грязно, вот сама и мой! На моем столе и в ящиках ничего не трогай!!! И вообще, это моя комната, что хочу, то и делаю!!!» Во время ссоры может хлопнуть дверью, закрыть ее перед носом матери или грубо требовать, чтобы та вышла из комнаты. Что бы не говорила мама, последнее слово сын старается оставить за собой.

Кейс 3

Захар - приемный сын, ученик 3 класса. Проблема: трудно усадить делать уроки - отказывается выполнять уроки: «ломается», канючит, ноет, хнычет. После «разговора» со взрослым (уговоры, приведение доводов, объяснений необходимости и перехода на повышенный голос) практически всегда делает уроки быстро и качественно. Иногда, при затруднении может повторить «историю» с нытьем и причитаниями, но при повторном «включении» взрослого и доведения его вновь до крика, продолжает и успешно заканчивает домашние задания.

Кейс 4

Приемная дочь Кира – 9 лет, ученица 2 класса. Проблема: отказывается выполнять уроки: «ломается», канючит, ноет, хнычет. Уговоры, приведение доводов, объяснений необходимости и перехода на повышенный голос – все это действует очень слабо. Практически всегда Кира плачет и говорит о том, что она ничего не поняла, и «вообще у меня никогда не получается ничего. Все равно, всегда тройки или двойки!»

Занятие 5

Семинар «Дети и сети»

Цель занятия: расширение информационного поля приемных родителей по проблеме безопасного использования ресурсов сети Интернет. Профилактика интернет-зависимости у приемных детей.

Ожидаемый результат: расширение информационного поля по данной теме.

Необходимые материалы: мягкая игрушка небольшого размера, ноутбук, проектор.

Приглашенный специалист - заместитель директора Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи», главный внештатный педагог-психолог Нижегородской области с 2020 г., кандидат психологических наук – Пашанова А.Ж.

Ссылка на материалы: https://ппмс.рф/resursnyj_centr_deti_i_seti/16339/

Обсуждение заявленных проблем в общем кругу.

Заключение: подводим итоги. Получаем обратную связь.

Занятие 6

«Эмоции и поведение»

Цель занятия: повышение психолого-педагогической компетентности родителей в области развития эмоционального интеллекта у приемных детей. Обучение навыкам конструктивного проживания негативных эмоций.

Ожидаемый результат: расширение информационного поля по проблеме развития эмоционального интеллекта и особенностей его развития у приемных детей; «присвоение» алгоритма реагирования на бурные детские эмоции;

Необходимые материалы: мягкая игрушка небольшого размера, листы формата А4, цветные карандаши, маркеры, фломастеры, старые журналы и рекламные листовки для составления коллажа, ножницы и клей (по количеству участников), блокноты – мотиваторы.

Ход занятия

Разминка:

1. Упражнение «Мяч по кругу»

Участники передают по кругу мяч, ведущий дает задание «Представьте, что мяч – это горячая картошка, очень тяжелый камень, мягкий пушистый котенок, кузнечик...»

2. Упражнение «Поменяйтесь местами...»

Участники сидят в кругу, ведущий стоит и предлагает поменяться местами тем, кто...пр-р: «любит праздник Новый год, имеет сестру или брата, любит детей, сегодня умывался и т.д.» В процессе обмена местами, ведущий должен сесть на чье-то место. Ведущим становится тот, кому не хватило стула.

Основная часть:

Эмоциональный интеллект (EQ, emotional quotient) — это способность человека распознавать свои и чужие эмоции, понимать намерения собеседника, его мотивацию и желания. А также умение использовать эти знания для решения практических задач. Эмоциональный интеллект означает следующие способности.

1. **Знание собственных эмоций.** Восприятие собственного состояния — узнавание своих чувств в момент их появления — основа эмоционального интеллекта. Способность наблюдать свои чувства является решающей для понимания самого себя. Кто не способен замечать и узнавать свои чувства, тот становится их рабом. Тот, кто знает свои чувства, более успешен в жизни, ясно понимает, что он действительно думает о своих личных решениях от выбора спутника жизни до выбора профессии.

2. **Конструктивно обходиться с эмоциями.** Способность так обходиться со своими чувствами, чтобы они были адекватны ситуации; она основывается на умении воспринимать и распознавать собственные чувства. Это значит, что человек способен успокаивать самого себя, избавляться от страха, мрачного, подавленного настроения, раздражительности и т.п. Тот, у кого не развиты такие способности, будет постоянно бороться с тяжелыми переживаниями и эмоциональными проблемами. Кто, обладает ими, тот гораздо

быстрее восстанавливает стабильное эмоциональное состояние и более устойчив к неудачам и испытаниям.

3. *Использовать эмоции в деле.* Поставить эмоции на службу достижения какой-либо цели очень важно для нашего внимания, мотивации, успешной деятельности, креативности. Способность управлять эмоциями, не быть рабом спонтанных эмоциональных импульсов, уметь отказываться от немедленного результата в пользу долгосрочных целей — основа успеха любого рода деятельности. Кто способен на такое «подвижное» состояние, тот будет добиваться существенно больших и лучших результатов.

4. *Эмпатия.* Знать о том, что чувствуют другие люди, — еще одна способность, которая строится на самонаблюдении и является основой знания людей. За отсутствие эмпатии приходится дорого платить в социальной жизни. Кто умеет чувствовать состояния других людей, тому будет легче воспринимать скрытые социальные сигналы, которые дают понять, что хочет другой человек. Эмпатия особенно необходима во всех социальных профессиях: учителям, врачам, медицинскому персоналу, менеджерам и всем, кто работает с людьми. Нужна она и родителям. Эмпатия имеет глубокие корни в детском развитии и зависит от воспитания.

5. *Способность к отношениям.* Искусство отношений во многом зависит от понимания и обхождения с чувствами других людей, т.е. от эмпатии. От наличия или отсутствия этой способности зависит, как относятся к вам другие и насколько эффективно вам удастся наладить контакт с людьми, т.е. социальная компетентность или некомпетентность. Те, кто обладает такой компетентностью в высокой мере, способны объединять вокруг себя людей. Они — социальные «звезды».

Приемные дети, даже те, которые уже довольно долго прожили в приемной семье, нередко равнодушны к чувствам других, и это пугает взрослых. Они как будто бы не слышат и не видят, что другому человеку больно или тяжело. Замещающие родители возмущаются таким поведением своих воспитанников. Ребенок может спокойно отобрать что-то важное у другого, даже у своего кровного братика или сестренки, при этом ни капельки не сочувствуя ему, когда тот заплачет. А иногда даже добавляет вслед злобное: «Чего ноешь? Мне надо!» или «Сам виноват, надо было крепче держать!» Ребенок может быть агрессивен к другим или к себе или наоборот излишне прилипчивым, «любвеобильным» ко всем без исключения. Также взрослые жалуются на воспитанников, которые демонстрируют окружающим поведение: «А мне все равно!» Это сильно задевает людей, готовых помогать сироте и ожидающих в ответ другую реакцию. В адрес приемных родителей часто направлены осуждающие высказывания по поводу «плохого воспитания» своих подопечных. Замещающим родителям трудно понять, а еще труднее повлиять на подобную ситуацию без определенных знаний. Их коллеги, такие же родители, которые через все это уже прошли, предлагают немного подождать, потерпеть. Они считают, что нужно постоянно разговаривать с ребенком, рассказывать о том, как себя вести с другими людьми, не наказывать. Бытует в кругу принимающих семей и иное мнение: поступать с трудным ребенком так, как он относится к другим, то есть игнорировать его чувства. Якобы

для того, чтобы он, побывав в «той же шкуре» и прочувствовав все на себе, исправился. Есть и те взрослые, которые считают, что единственный способ влияния на непослушного подопечного – это наказание и усиление контроля.

Сложное поведение приемных детей – безусловно, следствие того образа жизни, который был у них до прихода в замещающую семью. Имея за своими плечами опыт травматических отношений, когда потребности не удовлетворялись, чувства игнорировались, было много насилия, ребенок использует разные защитные механизмы, которые помогают приспособливаться к нелегкой жизни. И даже после того, как приемный ребенок попадает в новую семью, ему нелегко отказаться от «протоптаных дорожек», по которым он строил свои прежние взаимоотношения с миром и людьми. Он может принять для себя решения, в соответствии с которыми не станет привязываться к новым родителям, чтобы не испытывать боль предательства в очередной раз, поэтому не будет ценить их вклад в свою жизнь. Он может выбрать стратегию нападения на других, чтобы быть первым, а не ждать, когда нужно будет защищаться, как в интернатном учреждении, или станет слишком податливым и уступчивым. Это будет происходить везде, в том числе и с манипуляторами, которые предложат ему украсть или что-то отобрать у более слабого человека в обмен на хорошее отношение. Таких стратегий может быть большое число, и ребенок выберет ту, которая наиболее была подходящей для него в тех условиях, в которых он находился.

Причины сложного поведения, безусловно, нужно искать в той травмирующей среде, в которой ребенок пребывал долгое время. Но еще об одном факторе, влияющем на взаимоотношения ребенка с окружающими, важно знать принимающим семьям. Это степень развития эмоционального интеллекта приемных детей. Эмоциональный интеллект приемных детей далек от «паспортного» возраста. В замещающую семью практически всегда попадают дети, чувства которых не были важны тем людям, которые раньше заботились о них. В неблагополучной семье, из которой ребенок был изъят, вряд ли с уважением относились к этой стороне его жизни. Зачастую в таких семьях дети получают урок того, что они малозначимы и их потребности не важны. Что тут говорить уже о чувствах, об их большой и разнообразной гамме. В приютах или детских домах все обстоит не лучше. Там трудно найти возможности выразить свой гнев или страх в безопасной среде. О чувствах более позитивных – радости, счастье, удивлении и тому подобном – дети так же знают не много. Ребенок в неблагополучной среде как будто замирает в своем развитии. Его силы и энергия вынуждены идти на то, чтобы выжить, быть всегда «на чеку», чтобы не попасть под горячую руку пьяного родителя или не получить затрещины от более старших в детском доме. Много сил забирает такой контроль, а также разные стратегии физического и психологического выживания. Эмоциональное развитие уходит на второй план, так как не участвует в процессе выживания, ресурсы экономятся. Поэтому приходят в новую семью дети, которым «по паспорту», например, 7 лет, физиологически развиты из-за перенесенных побоев и пренебрежения потребностями на 5 лет, а эмоциональный интеллект – как у двухлетки.. С приемными детьми придется вернуться на несколько лет назад, чтобы научить их понимать себя и других. Ребенок, который попадает в новую семью, должен

наверстать много упущенного. Не только «отъестся», но и компенсировать эмоциональный голод. Новым родителям придется показывать постоянно, что его эмоции и чувства очень важны. В этом доме семья готова принимать девочку или мальчика радостным и грустным, сердитым и удивленным.

Один из важных моментов – разделение чувств, эмоций от поведения ребенка. Есть очень важный момент, который замещающие родители могут показать воспитаннику. Его суть в том, что ребенок и взрослый могут испытывать разные эмоции, и все они важны. А вот поведение – это совсем другое, и оно не может быть каким угодно. Другими словами, если ребенок очень зол, то это важно и на это нужно обратить внимание, а вот вести себя он не может так, чтобы кто-то пострадал. Этому нужно будет учить приемных детей, а может быть, и себя, взрослых, так как этому раньше не учили. В этом поможет называние чувства, присваивание ему значение. Ученые доказали, что такой способ помогает уменьшить силу эмоции, например, злости, страха. Так синхронизируется работа обоих полушарий головного мозга. Правое полушарие во время сильной эмоции активировано, а левое – выключено. Во время называния чувства включается левое полушарие, отвечающее за слова и логику. Это ослабляет интенсивность работы правого полушария, снижается эмоциональный накал. Замещающие родители помогут детям научиться справляться с собой, проговаривая вслух то, что сейчас происходит с ребенком. Вообще, хорошо бы часто говорить с ребенком о своих и его чувствах, таким образом учить распознавать их. Возможно, придется начать так же, как это делают с совсем маленькими детьми.

Давайте поговорим и о вас самих тоже. В наше время существует реальный дефицит внимания к эмоциям. Негативные чувства слишком часто вытесняются, что приводит к личностным проблемам, физическим недомоганиям и латентным (скрытым) депрессивным состояниям. Нам нужно научиться:

1. Принимать так называемые негативные чувства и эмоции;
2. Разрешать себе выражать их.

Мы должны вновь приучить себя к принимающему отношению к своей эмоциональной боли, только это принесет и облегчение, и изменение.

Богатство эмоциональных переживаний помогает человеку понимать происходящее, более тонко проникать в переживания других людей, их межличностные отношения, способствует познанию человеком самого себя, своих возможностей, способностей, достоинств и недостатков, мира окружающих его предметов и явлений.

Нет «запрещенных» и «правильных» чувств, все чувства принадлежат человеку, все важны для него.

Положительные переживания воодушевляют человека в его творческих поисках и смелых дерзаниях. Негативные переживания «говорят»: человеку «Что-то не так!..»

Например: чувство гнева рождает в нас энергию, которая позволяет противостоять вторжению в наше жизненное пространство извне. Это чувство помогает найти силы и правильно определить момент, чтобы убедительно кому бы то ни было дать понять: «Положи мою вещь на место»; «Убери от меня свои руки»; «Не посягай на мое время»; Я сам знаю, как мне поступать» и т.п.

Если человек не умеет использовать энергию гнева, она застывает в форме таких негативных качеств, как обидчивость, раздражительность, завистливость, ревность. И тогда человек становится либо чрезмерно подавленным и пассивным либо агрессивным, раздражительным, нетерпимым непривычным для него стереотипом поведения, невосприимчивым к новому.

Чувство страха обычно указывает на близость опасности и подталкивает нас принимать действия, направленные на обеспечение своей безопасности.

Страх порождается прогностической способностью ума - ориентировкой и предвидением. Если предвидим страдание – появляется страх. Длительное пребывание в страхе усиливает такие наши качества, как нерешительность, недоверчивость, застенчивость, подавленность, стыд.

Печальная участь все больше теперь постигает эмоции – их вытесняют. Пренебрежение эмоциональным воспитанием и эмоциональными аспектами жизни ведет все к большему распространению различных расстройств (так называемого эффективного спектра: депрессивных, тревожных, нарушений пищевого поведения и т.д.).

Примеры всевозможных последствий отрицательных эмоций, переживаний, описала в своих работах Луиза Хей:

Уши (болезнь) – нежелание слышать мир

Глаза (болезнь) – нежелание видеть мир

Нос (болезнь) – раздражение на близкого.

Горло (болезнь) – раздражение, волнение с неспособностью отстоять свои интересы, выразить свои желания, заявить о себе как о личности.

Сердце (инфаркт) – неумение любить жизнь, радоваться жизни.

Головные боли – чувство вины, заниженная самооценка.

Толстая кишка (запоры) – страхи.

Болезни ног – следствие страхов, детских обид, подавленного гнева.

Варикозное расширение вен – недовольство чем-либо.

Колени – проявление гордыни.

Булимия, анорексия - следствие полного самоотрицания, крайней степени неприятия собственной личности (ненависть – человек ненавидит себя, свои представления о себе).

Артрит – недовольство собой.

Астма – гипертрофированное чувство ответственности.

Нарывы, ожоги, порезы, жар, кожные воспаления и всевозможные воспалительные процессы – сжигающий наш гнев.

Рак – вызывает глубокая, долго копившаяся обида, которая буквально разъедает ткани.

Инсульт (мозг) – негативное мышление, внутренняя несвобода, боязнь выглядеть смешным, неумение радоваться жизни.

В современной культуре существуют ценности и установки (которые вносят запрет на выражение различных эмоций), способствующие росту общего количества переживаемых отрицательных эмоций в виде тоски, страха, агрессии. Запрет на различные эмоции является одним из факторов эмоциональных расстройств.

Примеры запретов: «Жаловаться ниже моего достоинства» (запрет на печаль) или «Страх – признак слабости» (запрет на страх) и т.д.

Культурное происхождение этих запретов хорошо иллюстрируют половые различия, связанные с полоролевыми стереотипами сильного мужчины (у мужчин выше запрет на печаль и страх) и мягкой женщины (у женщин выше запрет на гнев).

Пример: «Мальчики не плачут» - запрет на выражение чувств. Результат следующий – заблокированная энергия, мышечные зажимы, психосоматические заболевания, неврозы, комплексы и т.д.

Важную роль в формировании эмоционального интеллекта у ребенка играет проявление эмпатии со стороны родителей. По своей сути эмпатия — это способность разделять чувства другого человека. И если мы сможем сообщить своим детям, что понимаем их эмоции, то подтвердим правильность их переживаний и поможем научиться себя успокаивать. Проявление эмпатии со стороны родителя будет способствовать выстраиванию близких доверительных отношений и развитию эмоционального интеллекта у ребенка.

5 ступеней эмоционального воспитания:

- понять эмоцию ребенка,
- отнестись к эмоции, как к возможности для сближения и обучения,
- сочувственно выслушать ребенка и подтвердить обоснованность его чувств,
- помочь ребенку правильно назвать свои эмоции,
- обозначить пределы переживаний, одновременно помогая решить проблему.

Эмоциональный интеллект помогает приспособляться к разным жизненным условиям, справляться со стрессовыми ситуациями, достигать карьерных высот и преодолевать трудности. Социализация ребенка в школе, его мотивация к учёбе, желание контактировать с людьми и исследовать внешний мир напрямую зависят от эмоционального климата внутри семьи.

Алгоритм реагирования на острые эмоциональные реакции детей:

1. Признайте важность переживаний ребенка

Возможно, потеря любимого плюшевого мишки кажется вам мелкой неприятностью. А для ребенка это был его лучший друг, и предложение просто заменить его на нового вызовет обиду или негодование.

Постарайтесь не реагировать на проблему ребенка словами «это не страшно», «ничего особенного не случилось», «это не повод для слез».

Ребенок переживает такие слова как отрицание важности происходящего и обесценивание своих чувств. Раз он плачет – значит, в его глазах случившееся слез заслуживает.

2. Дайте ребенку выплакаться

Когда плачет близкий человек, а тем более ребенок, часто нам бывает трудно это выносить. И тогда наша первая реакция – сделать что-то, чтобы притушить масштаб его чувств. Однако это облегчает ситуацию скорее для самих родителей.

Психика ребенка справляется с потерями так же, как и психика взрослого, – на первой стадии ему необходимо погоревать. Обнимите его и дайте выплакаться. Слезы скоро высохнут сами, а ребенок получит опыт здорового проживания потерь и обид, сможет в дальнейшем запрашивать поддержку близких и рассчитывать на вас в трудные моменты жизни.

3. Выслушайте ребенка

Не торопитесь предлагать ребенку варианты решения проблемы или исправлять ситуацию. Сначала дайте ему выговориться, используя технику активного слушания: задавайте уточняющие вопросы. Проверяйте, правильно ли вы поняли суть проблемы. И самое главное – дайте ребенку понять, что его чувства уместны и имеют право на существование. Например, вы можете сказать так: «Я вижу, что ты очень злишься/опечален/встревожен, и могу тебя понять. Это действительно возмутительно/грустно/страшно, когда происходит то, что случилось с тобой».

4. Избегайте фразы «все будет хорошо»

Эту фразу часто произносят, желая поддержать другого человека. Но, сказав это, вы даете ребенку обещание, которое не можете выполнить. Вы не знаете, как все будет, и не можете знать – ведь вы не управляете Вселенной. Таким образом, произнеся эту фразу, вы берете на себя ответственность, которую не сможете нести, и рискуете в будущем показаться ребенку обманщиком: ведь вы обещали, что все наладится. Вместо этого вы можете выразить свое намерение сделать все, что в ваших силах, для улучшения ситуации.

5. Осознавайте свои чувства и регулируйте их силу

Часто родители принимают происходящее с детьми очень близко к сердцу. Это вполне понятно – как не переживать, если твой малыш, например, болен. И разве можно не гневаться, если над сыном кто-то издевается?

Но ваша реакция не должна по силе перекрывать реакцию ребенка. Обращаясь за поддержкой, он надеется получить защиту и опереться на вас. Чтобы дать ему опору, вы сами должны оставаться стабильными и относительно спокойными. Особенно это касается ситуации, если ребенок заболел. Рыдающая у постели мама лишь вызовет у него чувство вины и усугубит его и без того сложное положение.

Если вы чувствуете, что вас переполняют эмоции, поищите возможность снять эмоциональное напряжение, а затем продолжить общение с ребенком.

6. Помогите ребенку выразить его чувства

Ситуации, в которых ребенок обращается к вам за поддержкой, как правило, и для него связаны с сильными эмоциями. Это может быть горе по умершему домашнему питомцу, гнев на обидчиков, страх или стыд.

Для того, чтобы помочь ребенку выразить чувства, придумайте специальный ритуал. Если речь идет о потере, можно провести символическую церемонию прощания: записать на листочке послание для потерянной игрушки или питомца, привязать к ниточке воздушного шара и отправить в небо. Чувства по отношению к обидчикам можно выразить с помощью письма или рисунка, а затем разорвать его или сжечь.

7. Старайтесь не принимать происходящее на свой счет

Что испытывает родитель, если у его ребенка проблемы в школе? Например, если произошел конфликт с учителем или ребенок подрался с одноклассником?

Бывает, что наиболее яркие эмоции в такой ситуации – стыд и гнев на ребенка за то, что тот поставил родителя в неудобное положение. Мы стыдимся так, как будто это мы сами подрались, получили двойку или ярлык «неудачника» в классе. Тогда и наша реакция направлена, в первую очередь, на заботу о себе, а не о

ребенке. Не разбираясь в причинах произошедшего, мы наказываем его или же даем советы, как себя вести, чтобы больше в такие истории не попадать. В этот момент за кадром могут остаться детские переживания.

Напомните себе о том, что это не вы, а ваш ребенок оказался в неудобной ситуации, и он нуждается сейчас в принятии и поддержке. Отложите воспитание «на потом» и вернитесь к этому вопросу, когда переживания улягутся.

8. Выберите степень вмешательства в ситуацию

Не торопитесь бежать в школу или к родителям соседского мальчика, чтобы защитить своего ребенка и решить проблемы за него. Ему важно учиться реагировать на вызовы окружающего мира, защищаться и отстаивать свои интересы.

Если его проблема на уровне сверстников, она не угрожает жизни и здоровью, и он еще не перепробовал все возможные варианты – дайте ему шанс разобраться самому. Если не получается – попробуйте обратиться к психологу, чтобы ребенок с его помощью смог научиться новым способам поведения в сложных ситуациях. Если же у него проблемы, например, с учителем – тогда вмешательство родителя уместно, а может даже необходимо, так как в этом случае конфликт происходит на уровне «взрослый-ребенок», и расстановка сил не равна.

9. Спросите, как вы можете помочь ребенку

Если вы не уверены, какой именно помощи хочет от вас ребенок, и он уже достаточно взрослый, чтобы осознавать свои потребности, спросите его: «Чем я могу тебе помочь, какой бы ты помощи хотел от меня?». Особенно актуален этот совет в том случае, если вы – родитель подростка. Они часто остро реагируют, когда родители в качестве помощи дают советы, как и что надо делать. Выбрав такой способ реакции, вы рискуете вызвать лишь раздражение в ответ.

10. Поищите вместе пути выхода из ситуации

Иногда проблема ребенка может быть решена с помощью изменения его поведения или отношений с окружающими. Например, если его дразнят за излишнюю стеснительность, или он переживает из-за трудностей в учебе. В таких случаях вы можете помочь ребенку найти способы выхода из ситуации, которая его травмирует. В зависимости от возраста ребенка вы можете использовать для поиска ресурсов сочинение исцеляющей сказки или истории.

В современном мире умение понимать свои и чужие эмоции — необходимость. Эмоциональный интеллект — это основа будущих побед и успехов вашего ребенка.

Упражнение «Краны эмоций» (Лин Стадлер)

Вверху листа формата А4, расположив его горизонтально, участникам предлагается нарисовать 4 крана с водой, подписав: страх, злость, грусть, радость. Представить, что эти эмоции выливаются из каждого крана. Дорисовать, сколько из какого крана льется эмоций. Важно сделать акцент на том, что неправильных чувств не бывает. Но бывает трудно, если нет баланса. Если из какого-то крана практически ничего не вытекает, то это не означает, что этой эмоции нет, что нет ситуаций в жизни, которые вызывают это чувство. Это о том, что там произошел застой.

Вопросы для обсуждения: - сколько и какие из этих чувств видны другим людям, близким (в каком количестве, что не показываете совсем)? - что-то мешает

выражать эти чувства? – как вы научились сдерживаться (что с собой делаете? За счет чего)? – как у вас в семье с этим: всем ли в вашей семье можно проявлять это чувство? все ли сдерживаются?- как ребенок может понять, что происходит со взрослым? – чему он учится?

Творческая работа «Мои конструктивные способы проживания эмоций»

На листе формата А4 изобразить (рисунки, коллаж – по желанию участников) свои конструктивные способы проживания_эмоций. По окончании поделиться на круг.

7) - знакомство с авторской настольной игрой «Мульт – эмоции» (приложение

Обсуждение заявленных проблем в общем кругу.

Заключительная часть:

Рефлексия. Обратная связь.

Д.з.: работа в блокноте – мотиваторе стр.17

Занятие 8

Практикум «Точки пересечения кровных и приемных родителей»

Цель: содействие в осознании приемными родителями места кровных родителей в жизни приемного ребенка и в самой приемной семье.

Ожидаемый результат: повышение осознанности приемными родителями места кровных родителей в жизни приемного ребенка и в самой приемной семье.

Необходимые материалы: мягкая игрушка, колесо от машинки или от игрушечного велосипеда (лучше если со спицами), большое количество стеклянных шариков, блюдца по количеству участников, листы формата А4, цветные карандаши, маркеры, краски, пластилин, цветная бумага и картон, клей, ножницы, блокноты-мотиваторы

Ход занятия

Приветствие: «Если бы сегодня вы были...»

Ведущий предлагает продолжить фразу «Если бы сегодня я был (а) животным, то был(а) бы...»

Разминка:

1. Упражнение «Колесо эмоций»

Участники передают по кругу колесо, говорит тот, у кого оно в руках. Ведущий дает задание «Перед вами колесо эмоций, представьте, что каждая спица – это какая-то эмоция. Сейчас, мы прокатим колесо эмоций по нашему кругу и каждый назовет любую 1 эмоцию, которая по его мнению точно должна быть в нем. Свой выбор надо подкрепить каким – либо аргументом. Пр-р: Эта спица – эмоция радости потому, что эту эмоцию приятно испытывать каждому человеку. Эта спица – удивление, ведь нельзя жить ничему не удивляясь. Эта спица – эмоция злости, она имеет полное право быть здесь, ведь злость заставляет нас двигаться, развиваться, меняться и т.д.

2. Упражнение «Передай хлопок»

Участники садятся в круг ближе друг к другу. Кладут руки, ладонями вниз на колени: правую – на левое колено соседа справа, левую – на правое колено соседа слева. Ведущий определяет сколько хлопков будут передавать по кругу по часовой стрелке. Он хлопает своей правой рукой задуманное количество раз, затем хлопает участник, чья ладонь следующая и т.д., пока не дойдет до ведущего. Затем ведущего можно поменять или сменить направление передачи хлопков, а также количество.

Основная часть:

Практические задания: упр. «Линия связи» (Л. Петрановская),

Упражнение «Линия связи» (Л. Петрановская)

Ход упражнения: Один из участников группы приглашается на роль ребенка, а другой - на роль его кровной мамы. Участникам ведущий говорит: «Ты - ребенок, а это - твоя кровная мама». Исполняющий роль ребенка сразу же взглядом устанавливает связь со своей «мамой». И смотрит на нее, не отрываясь. Затем приглашается еще один человек на роль приемного родителя. Дается инструкция: найти себе место. Если этот участник группы склонен к тому, чтобы «бороться за

ребенка» с его кровными родственниками, он часто встает между ними, спиной к кровной маме, как бы заслоняя от нее ребенка. И происходит следующее: «ребенок» сразу же, даже не успев подумать, отстраняется от него всем телом и начинает тянуть шею и изгибаться, чтобы сохранить возможность смотреть на маму. Если в этот момент спросить «ребенка»: «Кто это рядом с тобой?» - он ответит примерно так: «Преграда, не знаю, какой-то человек, чего он хочет? Он мне не нужен, он мешает, он мне не нравится, пусть отойдет». Далее «приёмного родителя просят найти для себя другое место, такое, чтобы и ему, и ребенку было комфортно. Покрутившись и потоптавшись, он такое место довольно быстро находит, обычно сзади «ребенка» или сбоку. И поразительное дело - как только приёмный родитель сходит с магической линии, соединяющей ребенка с его кровной мамой, ребенок подается к нему - телом, неосознанно. Он уже не противится объятиям, разворачивается и смотрит на приёмного родителя, периодически все же поглядывая на кровную маму, поддерживая с ней связь.

Все это продолжается всего несколько минут, но это упражнение показывает, как в ускоренной съемке, что происходит с привязанностями ребенка, оказавшегося «меж двух семей». Если одна привязанность стремится отменить, вытеснить другую, конкурирует с ней, ребенку плохо. Ситуация конкуренции привязанностей, когда надо выбирать, кого из близких любить, а кого отвергнуть, кому быть верным, а кого предать - вообще одна из самых мучительных в жизни. Для ребенка же, который живет привязанностями, для которого отношения со значимыми взрослыми - это вся его жизнь, она просто непереносима. Посмотрите: ведь и вам это совсем не нужно. У вас в распоряжении все остальные 359 градусов вокруг ребенка и рядом с ним. Есть только одна линия, на которую не надо вставать никогда: линия глубинной, досознательной, кровной связи ребенка с его родными. На нее вставать не надо, потому что как только вы туда ступаете, вы из близкого, дорогого человека становитесь просто преградой. А значит, ребенок не сможет создавать прочные отношения и с вами тоже. Человеческое сердце устроено так, что невозможно убить одно чувство, не повредив все остальные. Если один поток любви перекрыть, вся долина души постепенно превратится в болото. Если ребенку запретить любить, помнить, хранить верность его родным, он не сможет полно и глубоко полюбить и приёмных родителей. И наоборот: как часто приходилось видеть, что, получив от приёмных родителей «разрешение» любить кровных, то есть поддержку в своем чувстве к родным, дети становились ближе, мягче, контактнее, словно в их душах открывались шлюзы, и любовь сильными потоками разливалась по всем руслам важных для них отношений. После упражнения участники делятся своими чувствами.

Упражнение «Родительский вклад»

Участники работают в парах (муж и жена или пара из участников). Им раздаются по 2 блюда лист А4, ручки, по 10-12 стеклянных шариков (можно одинаковые мелкие пуговицы, скрепки или скатывать из пластилина шарики в процессе выполнения упражнения). Ведущий просит родителей разделить лист бумаги на 2 равные части. Нужно подписать с левой стороны – Кровные родители, с правой стороны – Приёмные родители. С каждой стороны над листочком поставить блюдо. Далее, отвечая на вопрос – Что дали ребенку те или другие?

Ответ записываем на листе и каждый раз складываем на блюдец 1 шарик (если отвечаем про кровных, то кладем шарик в их блюдец, если про приемных, то в другое блюдец). Пр-р ответов: Кровные родители – дали жизнь, национальность, способности и талант (соответственно в блюдец 3 шарика), Приемные родители – любовь, воспитание, уважение, защиту, семью (соответственно в блюдец 5 шариков)и т.д.

Вопросы для обсуждения: - так ли мало ребенку дали кровные родители? – помогли ли они лично вам в чем-то? - какие чувства у вас по отношению к кровной маме ребенка, оказавшегося в учреждении? - есть ли среди них чувство благодарности? На обратной стороне листа попробуйте написать 10 фраз, которые будут начинаться: «Я благодарна вам ...»

– как вы чувствовали себя, выполняя это упражнение? – получилось ли написать слова благодарности?

Упажнение «Моделирование семьи»

Цель: Наглядное отображение семейной системы, определение места для нового члена семьи, нахождение места в своей жизни для кровной семьи приемного ребенка. Создание модели семьи на листе из цветной бумаги или пластилина А3 (склеить 2 листа А4) или А4: - образ каждого члена семьи в том числе и приемного ребенка (личное пространство, пространство семьи, иерархия, границы, потоки энергии); - образ кровных родителей. Обратная связь: - расскажите про модель вашей семьи; - как работалось? - легко ли нашлось место всем? – что чувствовали? – что чувствуете сейчас?

- Обсуждение X/ф «Ящик Пандоры», пр-во Украина 2012г.

Вопросы к обсуждению: - о чем для вас этот фильм? – что важного и ценного вы взяли из этой истории? – с какими чувствами смотрели фильм?

Обсуждение заявленных проблем в общем кругу.

Заключительная часть:

Рефлексия. Обратная связь.

Д.з.: работа в блокноте – мотиваторе стр.18

Занятие 9

«Правила нижнего белья»

Цель занятия: расширение информационного поля приемных родителей по проблеме особенностей сексуального воспитания приемных детей, с целью профилактики сексуальной безопасности приемного ребенка

Ожидаемый результат: расширение информационного поля по данной теме, актуализация навыков ведения диалога по вопросам сексуального воспитания.

Необходимые материалы: мягкая игрушка небольшого размера, кейсы

Ход занятия

Разминка:

1. Упражнение «Поделись радостью»

По кругу поделиться событиями, которые вызвали теплые чувства или радость за время, которое прошло с прошлого занятия.

2. Упражнение «Мигалки»

Участники разбиваются на пары (пр-р: называя по очереди по кругу - «Яблоко», «Апельсин»). «Яблоки» - стоят, Апельсины садятся на стулья перед «Яблоками». Ведущим становится тот из стоящих, у кого стул пустой. Ведущий, подмигивая сидящим, старается позвать кого-либо к себе на стул. Цель стоящих – заметить и во время удержать свой «Апельсин», не позволив встать и перейти им на свободный стул. Цель сидящих – убежать и сесть на стул к ведущему.

Отзывы по домашнему заданию

Основная часть:

Большая часть случаев насилия против детей совершается лицами из близкого окружения, теми, кого ребенок хорошо знает: отцами, отчимами, близкими родственниками, соседями, знакомыми. Иногда такие преступления делятся годами, а жертвы и родственники не знают или умалчивают факты насилия, что негативно сказывается на ментальном здоровье пострадавшего человека.

Статистика предупреждает:

1. Примерно каждый пятый ребёнок становится жертвой сексуальных домогательств и насилия в разных формах.
2. В 90% случаев дети, перенесшие сексуальное насилие, знали людей, которые посягнули на их безопасность.
3. Каждый третий малыш, подвергшийся насилию, никогда об этом не рассказывает.

Во многих семьях тема секса табуирована. Родители часто оттягивают или вовсе избегают «трудных» разговоров со своими детьми по теме полового воспитания и неприкосновенности тела. Это чревато тем, что ребенок не понимает, какими правами обладает и что ему стоит делать, чтобы не попасть в опасную ситуацию.

Правило “нижнего белья” (в англоязычной аббревиатуре PANTS) было разработано для того, чтобы помочь родителям начать обсуждение. Правило нижнего белья - это простой способ обезопасить вашего ребенка от сексуального насилия.

Постепенно, частями, начиная с 1.5 лет, вводите в общение с ребенком нормы сексуальной безопасности.

- Примерно с 1,5 лет называйте правильно половые органы ребенка, например во время купания.

- Необходимо простым языком с 2,5 лет рассказывать ребенку об уважении к личным границам и собственному телу. Вместе с тем, НЕ настраивать его на то, что мир – опасное и жестокое место.

Правило учит детей тому, что их тело принадлежит только им, что они всегда имеют право сказать «нет» и что необходимо рассказать близкому взрослому, если что-то расстраивает и беспокоит.

Все части тела, прикрытые нижним бельем, являются интимными: под трусиками находятся половые органы и ягодицы, под маечкой находится грудь.

Половые органы, такие же как, например, руки, сердце, печень или скелет, важные и жизненно необходимые, однако в отношении них есть ОСОБЫЕ ПРАВИЛА.

Правила нижнего белья. Как научить ребенка личным границам?

1. Твое тело принадлежит только тебе.

Части тела под нижним бельём можно позволять смотреть и трогать только родителям и врачу в исключительных случаях. Исключение устанавливаете вы сами для ребенка (например, человек который присматривает за ребенком, в случае если ребенок еще мал и не может самостоятельно себе помочь выполнить гигиенические процедуры после посещения туалета).

2. Всегда помнить, что твое тело принадлежит только тебе и никто другой не имеет права делать с ним что-то.

Никто не должен просить тебя показать/ посмотреть или потрогать свои/чужие интимные части тела. Такие же правила действуют в отношении чужих интимных зон/ половых органов.

Если кто-то попытается это сделать, ребенок должен рассказать взрослому, которому он доверяет. О неприятных ситуациях нужно сразу рассказывать взрослым и говорить нужно настойчиво, пока кто-нибудь не воспримет это всерьёз. Ребенок может не различать допустимые и недопустимые прикосновения, но он легко запомнит границы обозначенные «нижним бельем».

3. «Нет» означает запрет.

Ребенок имеет право отказаться от поцелуя или прикосновения, даже со стороны человека, которого он любит. Говорить «НЕТ» нужно сразу и твердо. Не вызывайте у ребенка чувство вины по поводу того, что он сказал «нет». В противном случае это может привести к тому, что ребенку будет сложно отказаться, когда кто-то вдруг будет вторгаться в его пространство.

4. Хорошие тайны - плохие тайны. Поделись секретами, которые тебя расстраивают.

Зачастую секреты являются самым главным орудием злоумышленника. Фразы наподобие «это наш маленький секрет» приводят к тому, что ребенок слишком обеспокоен или напуган, чтобы рассказать о происходящем взрослому. Часто детей запугивают расправой над близкими людьми.

Объясните ребенку, что есть хорошие и плохие секреты. Плохие секреты — когда взрослый человек сделал что-то неприятное и назвал их «маленьким секретом». О подобном всегда нужно рассказывать взрослым.

5. Говорить честно о том, что тебя тяготит.

Малыш должен точно знать, что родители и близкие ему люди не наругают его за то, что он поделился плохими секретами. Необходимо объяснить ребенку, кому он может доверить секреты — преподавателю в школе или воспитателю. Близкие должны гарантировать, что рекомендуемые ими люди окажут помощь.

Любая тайна, которая вызывает подавленность, дискомфорт, страх и отчаяние - это плохая тайна и ее нельзя хранить в себе; о ней нужно рассказать тому взрослому, которому ты доверяешь.

Если вы подозреваете, что ваш ребенок подвергся домогательствам:

- важно не сердиться на ребенка;
- не дайте ему почувствовать, что он сделал что-то неправильное;
- не подвергайте ребенка допросу;
- постарайтесь не расстраиваться на глазах у ребенка. Дети легко начинают чувствовать себя виноватыми и могут замалчивать информацию;
- постарайтесь не делать выводов, основанных на недостаточной или неясной информации.

Как общаться с ребенком, чтобы не потерять связь?

Главное – доверительный контакт с ребенком. Это подразумевает открытость, решимость, прямоту и дружескую атмосферу, в которой нет места страху. Чаще всего жертвами сексуального насилия становятся дети, которым уделяют мало внимания, игнорируют и не оказывают эмоциональной поддержки. В группе риска оказываются дети, для которых жестокое обращение, насилие и побои в семье — рутинная история. Вследствие этого, дети думают, что тело не принадлежит им и с ним можно делать что угодно.

Ответственность за предупреждение и защиту детей лежит на взрослых. Когда дети подвергаются домогательствам, то они чувствуют стыд, вину и страх. В семье не должно быть запрета говорить о половых органах и обо всем, что с ними связано, тогда ребенок сможет поделиться с родителями своими переживаниями и тем, что с ним происходит.

Обсуждение заявленных проблем в общем кругу.

Заключение: подводим итоги. Получаем обратную связь.

Приложение к занятию

Кейс 1

Сын Артем, 6 лет.

- Мама, мы сегодня играли за верандой и Марк говорил, что будем снимать штаны. Я не хотел и он стал обзывать маленьким, поэтому я его стукнул.

Кейс 2

Дочь Катя, 8 лет.

Разбирает дома пакеты с покупками из магазина. «А я знаю зачем тебе эти прокладки (показывая на упаковку), нам Маринка рассказывала»

Кейс 3

Дочь Вероника, 11 лет.

- Папа, ты обещал мне исполнить мое желание, помнишь? Значит, я могу пойти с ночевкой к Маше! Только ты сам поговори с мамой, а то она не пустит.

Кейс 4

Приемная дочь Карина, 9 лет, учится во 2 классе.

Учительница была возмущена тем, что Карина перед уроками физкультуры и в продленке переодевается, не стесняясь никого, в том числе мальчиков. Может выбежать за кем – либо из класса практически в одних трусиках.

Кейс 5

Родной сын Стас, 12 лет, приемный сын Григорий 11 лет.

Папе поступил звонок из лагеря о том, что за хорошее дежурство в столовой вожатая разрешила детям в тихий час посмотреть детский фильм, а они смотрели жесткое порно.

ВОПРОСЫ ДЛЯ ОБСУЖДЕНИЯ:

1. Как бы вы себя чувствовали в этой ситуации?
2. Что бы вы сказали ребенку?

Занятие 10

Игровая программа «Роль игры в жизни ребенка»

Цель занятия: Повышение педагогической компетенции родителей по проблеме игровой деятельности у детей, о возможности игры как средства создания близких отношений в семье.

Стимулирование интереса родителей к совместной игровой деятельности с собственными детьми.

Ожидаемый результат: расширение информационного поля по вопросу игровой деятельности у детей, о возможности игры как средства создания близких отношений в семье. Пополнение родительской копилки игр для детей и подростков.

Необходимые материалы: небольшой мячик; листы бумаги (А4); фломастеры, карандаши; повязка для глаз; коврик; кегли; мини-дартс; игра «Когда все дома».

Ход занятия

Приветствие: «Трям, здравствуйте!»

Ведущий предлагает поздороваться по кругу с соседом справа. Способ приветствия или фразы не должны повторяться.

Основная часть:

Совместные игры в семье

Совместная игра родителей с детьми — фундаментальный краеугольный камень семейной жизни, как для детей, так и для родителей. Но при таком стремительном современном образе жизни, и при таком большом внимании, которое уделяется официальному образованию и другой организованной деятельности, можно легко забыть уделить ей время.

Датская корпорация LEGO Group, один из крупнейших в мире производителей игрушек, опросила 13 тыс. родителей и их детей в девяти странах мира, в том числе и в России, с целью выяснить, какую роль отводят современные семьи играм и как они оценивают их значимость. Итоговый доклад 2018 года, показал, что семьи, в которых родители принимают участие в играх детей, **счастливее, дружнее и в меньшей степени подвержены конфликтам**. Девять из десяти семей (88%), в которых родители играли вместе с детьми по пять часов и более в неделю, заявили, что **счастливы**. Чем чаще дети и родители проводят свободное время вместе, тем счастливее себя чувствуют.

Авторы опроса также отмечают, что игровое время родителей с детьми сокращается. Так:

Около 30% семей еженедельно тратят на совместные игры меньше пяти часов, еще 10% — менее двух часов.

Свыше 38% опрошенных признали, что им приходится сильно постараться, чтобы выделить время для игр в силу напряженного графика.

61% родителей сообщили, что даже когда все члены семьи собираются поиграть вместе, они склонны отвлекаться на другие дела: рабочие вопросы, домашние хлопоты и свои смартфоны.

17% детей говорят, что родители слишком заняты и загружены, чтобы веселиться и играть, при этом **81%** из них хочет, чтобы их родители играли с ними чаще.

Несмотря на рост значения цифровых игр большинство детей (**81%**) по-прежнему делают выбор в пользу совместной игры со своими родителями, а не времяпровождению в одиночку.

Совместные игры детей и родителей очень важны как для ребенка, так и для взрослого. Игра помогает родителям узнать способности ребенка, вооружает их бесценным инструментом воспитания, а также, предоставляет возможность взрослому и детям наслаждаться общением друг с другом. А чем больше общения - тем интенсивнее идет физическое и психическое развитие ребенка.

Игры положительно влияют на социализацию детей, на формирование и развитие навыков коммуникативного взаимодействия, эмоционально-личностное развитие ребенка. Совместные игры дают ребенку возможность понять, что он нам дорог, а это бесценное ощущение для малыша, способствующее формированию уверенности в себе. Во время общего времяпрепровождения, вы можете лучше узнать друг друга, научиться находить компромиссы и, что немаловажно, научиться проигрывать. Да, большинство из нас не умеют этого делать. Мы расстраиваемся, если терпим поражение, особенно, дети. В совместных играх родителей с детьми очень важно взрослым научиться проигрывать с улыбкой и научить этому замечательному качеству ваших детей.

Влияние игры на развитие детей

Игры помогают детям социализироваться и сотрудничать с другими, так как повышают коммуникативные способности детей и творческое начало. Они помогают благополучному развитию детей, так как развивают их самосознание, любопытство и учат решать проблемы. Благодаря играм, дети осваивают способность учиться на ошибках и учатся задавать вопросы. Можно с уверенностью утверждать, что игра – это жизненно важный образовательный инструмент, необходимый для будущего благополучия молодежи. Чем больше дети играют, тем успешнее они будут сначала в учебе, а затем и в работе.

Совместные игры в семье представляют собой полезно проведенное время и являются одним из самых мудрых решений, какое только могут принять родители. В эпоху планшетов и смартфонов – это дополнительная возможность родителям отвлечь своих детей от гаджетов. Учитывая положительное воздействие, которое совместная игра оказывает на наш уровень восприятия счастья и благополучия, совместная семейная игра должна быть самой важной «домашней работой» для всех взрослых. Для того, чтобы подготовить ребёнка к будущему, чтобы его настоящая жизнь была полной и счастливой играйте со своими детьми!

Практикум: Совместные игры родителей с детьми от 2 до 6 лет

Игра «Путаница». Оптимальное количество игроков – четыре. Трое берутся за руки и запутываются, пролезая сквозь руки и ноги друг друга. Четвертый выходит за дверь, а затем возвращается, чтобы распутать. Распутывающиеся меняются

поочередно. Если вас в семье трое, то распутаться можете и самостоятельно. Поверьте, это не так уж и просто. Эта игра способствует физическому контакту, который крайне необходим детям для психического развития, особенно тем, кто его не очень любит или уже вырос из возраста обнимашек.

Игра «Холодно - горячо; Право - лево». Взрослый прячет условный предмет, а затем с помощью команд типа «шаг направо, два шага вперед, три налево и т.д.» ведёт ребёнка к цели, помогая ему словами «тепло», «горячо», «холодно».

Игра «Жмурки». С завязанными глазами необходимо поймать любого члена семьи и назвать его. Эта игра способствует выходу накопившихся эмоций, сплоченности, тактильному контакту.

Игра «Ладочки». На трех листах бумаги обведите ладошку ребенка. Вместе с ребенком раскрасьте ладошки в красный, зеленый и желтый цвет. Показывая ладошку красного цвета, ребенок должен стоять на месте, не двигаясь. Показывая желтую – говорить шепотом и ходить на цыпочках, зеленую – громко кричать и быстро бегать. Чередуйте ладошки. Игра обучает волевой регуляции, переключению внимания, слушанию, а также выходу энергии.

Игра «Обзывалки». Передавая мяч, называйте друг друга «обзывалками». Это могут быть фрукты или овощи: «Ах ты, морковка» или «Ну ты и лимон». *Игра снимает агрессию и позволяет ее выплеснуть в приемлемой форме.* Злость на родителей есть всегда, ведь они ругают, запрещают, не понимают. Такой игрой вы даете свое разрешение на злость и принимаете ее, а это лучшая профилактика психологических и даже физических заболеваний.

Конкурс «Хвастунов». Есть два варианта хвастовства: собой и соседом рядом. Каждый вечер, хвастаясь собой, когда семья собирается вместе, можно повысить самооценку, сформировать доверительные отношения и просто узнать, как прошел день. Хвастаясь друг другом, мы напоминаем, что ценим и любим в своих родных, учим внимательно относиться друг к другу, присматриваться и прислушиваться. Например: «Ты сегодня был очень быстрым, когда собирался в детский сад».

Игра «Плот». Все плывут на корабле. Вдруг – кораблекрушение. Всем нужно разместиться на маленьком плоту (коврик или квадратик с обозначением границ) и решить, что делать дальше. Это упражнение направлено на повышение сплоченности в семье. Главное, дайте возможность «писать сценарий» ребенку, а ваша задача корректировать его (подавать руку при желании «выпасть в море», решать конфликты, обучать навыкам выходить из сложных ситуаций, стимулировать фантазию.)

Прекрасными играми являются также игры, которые можно приобрести в магазинах: шахматы, шашки, детское домино, дартс, настольный хоккей, футбол, волейбол и многие другие.

Совместные игры для родителей с детьми от 6 до 14 лет

Игра «Боулинг». Наборы для игры продаются в детских магазинах, но играть можно чем угодно. Кеглями могут быть книги, которые легко падают практически от любого мячика. Эта игра способствует самоконтролю и, как все соревновательные игры, учат проигрывать. Подбадривая и помогая, в игре с

родителями дети проживают свои неудачи и готовятся вступить во взрослую конкурентную жизнь.

Игра «Крокодил». По очереди необходимо показать (без слов) животное, в старшем возрасте – абстрактное понятие или эмоцию. Всем знакомая игра учит общению, повышает самооценку, внимательность, стимулирует фантазию, увеличивает словарный запас.

Игра «Семейная история». По кругу каждый предлагает одно предложение, чтобы получилась страшная история (веселая или фантастичная). Получившуюся историю можно разыграть в ролях. В рассказе, как и в жизни, у вас разные события, но общая семейная история.

Игра «Истина или ложь». Бросив мяч, задаем вопрос одному из членов семьи. Нужно ответить: «правда или ложь». Если участник дает правильный ответ, право спрашивать переходит к нему. В зависимости от утверждения игра может быть обучающей, сплочающей и расслабляющей. Хотите выучить столицы, спрашивайте: «Правда ли, что столица Румынии – Бухарест?» Между вами недоразумение: «Правда ли что я на тебя обижаюсь/осуждаю/не люблю?». Хотите поговорить о сексе, но не знаете как: «Правда, что единственный эффективный способ предотвратить беременность – презерватив» (для предотвращения конфуза у ребенка, вопрос может задать мама папе, но ребенок обязательно получит важную для него информацию).

Игра «Кто я». Каждый из игроков пишет на маленьком листе бумаги имя литературного персонажа/актера/героя мультфильма и передает другому так, чтобы никто не видел. Листочек держим на лбу. В результате игрок видит имена всех, кроме своего. Игроки по очереди начинают задавать окружающим наводящие вопросы. Вопросы должны быть такими, чтобы на них можно было ответить «Да» или «Нет». Игра способствует коммуникации, фантазии, внимательности.

Игра "Ведро". Один из игроков произносит про себя алфавит. Его останавливают словом "Стоп". Таким образом, определяется буква, на которую все игроки по очереди называют предметы, которые помещаются в воображаемое ведро. Например, буква "Т": тетрадь, тёрка, тушка... и т.д. (А вот слово "терпение" не принимается: терпение нельзя поместить в ведро, даже в воображаемое).

Прекрасными играми являются мафия, морской бой и «точки» на бумаге. А также игры, которые можно приобрести в магазинах: шахматы, шашки, домино, лото, монополия, дартс, твистер, дженга, пентаго, нарды, настольный хоккей, футбол, боулинг, снукер, гольф и многие другие.

<https://infourok.ru/konsultaciya-dlya-roditelej-sovmestnye-igry-v-seme-4275512.html>

Игра «Когда все дома»

Описание

Психологическая игра, позволяющая лучше узнать друг друга, быть ближе.

Удобный карманный формат: можно играть в дороге, закутавшись в плед на диване, в походе, на пароходе, в любую погоду и время суток.

В комплект входят четыре набора карточек:

- «О тебе и обо мне»;
- «Вопросы перед сном»;
- «Из чего наш мир состоит»;
- «Для рожденных сердцем»*.

В игру можно играть вдвоем или компанией побольше.

Начинает игру самый младший игрок и ход переходит по часовой стрелке.

Игроки по очереди берут из колоды карты таким образом, чтобы все могли видеть вопрос. Сначала отвечает тот, кто вытянул карту, затем все кто хочет ответить.

Во время игры Можно:

- ✓ Внимательно слушать друг друга;
- ✓ Поддерживать друг друга;
- ✓ Удивляться, Радоваться, Улыбаться и даже, Плакать (если очень захочется).
- ✓ Не отвечать на вопрос, если он не понравился.

Нельзя:

Высмеивать, Зло шутить, Перебивать друг друга и скучать!

(приложение 7)

Заключение: подводим итоги. Получаем обратную связь.

Приложение к занятию

«Роль игры в развитии дошкольника».

Суть детской игры состоит в том, чтобы учиться приспосабливаться к изменчивым условиям существования, а также моделировать действия и взаимоотношения детей и взрослых.

Игровая деятельность является ведущей для ребенка дошкольного возраста. Осваивая различные игры (сюжетно – ролевые, подвижные, дидактические, театральные и др.), на ребенка оказывается существенное влияние на развитие всех сторон психики малыша. В игре формируются произвольность поведения, подчинение требованиям «надо», а не «хочу», ребенок начинает учитывать наличие других точек зрения на события и предметы действительности, а также изменяются познавательные процессы. Ребенок во время игровой деятельности начинает осознавать правила игр. Он относится к правилам, как к простому требованию взрослого – к полному его осознанию и выполнению.

В дошкольном возрасте нужно развивать в первую очередь сюжетно – ролевые игры, так как они помогают ребенку воспроизвести действия взрослого и отношения между ними, с их помощью ребенок учится моделировать мир взрослых и их взаимоотношения.

Сюжетно – ролевая игра возникает на границе раннего и дошкольного возраста и достигает своего расцвета в середине дошкольного детства. Кроме этого, все виды игры дошкольник осваивает правила поведения и владения игровыми действиями (дидактические и подвижные), которые способствуют интеллектуальному развитию ребенка, совершенствованию основных движений и двигательных качеств. Игра влияет на все стороны психического развития дошкольника, что неоднократно подчеркивали как педагоги, так и психологи.

Помимо сюжетно – ролевых игр ребенок дошкольного возраста играет в строительные, дидактические, театральные и подвижные игры. Играя в эти игры, ребенок творчески осмысливает свои цели и мотивы, понимает четко определенное программное содержание и задачи эти игр.

Строительные игры помогают ребенку понять мир сооружений и механизмов, созданные руками человека. Строительная игра тесно связана с сюжетно – ролевой или наоборот, сюжетно – ролевая игра нередко стимулирует строительную. В строительной игре моделируется сфера созидания, создания архитектурного сооружения. Играя в строительные игры, дети получают реальные результаты в виде построек, которые объединяются в такие виды деятельности, как конструирование, рисование, и в то же время отличает их от сюжетно – ролевой. Эти игры расширяют представления об окружающем мире, приобретение коммуникативных умений и технических навыков, приводящих к появлению коллективных строительных игр.

Для детей дошкольного возраста характерны подвижные игры. В подвижные игры входят игровые действия, правила и материал, а также нередко роль и сюжетная линия. Подвижные игры делятся на игры без предметов, с предметами, например мяч, скакалка, палочка и т.д., игры с бегом, игры малой подвижности. Правила этих игр дети обговаривают до начала игры, они очень просты с психологической точки зрения. Подчинение этим правилам у ребенка формируется и развивается произвольность движений, умение держать непосредственность побуждений, торможение действий или изменение их по сигналу ведущего. Подвижные игры развивают не только движения, но и также формируют двигательную активность ребенка. Также они оказывают влияние на многие стороны психического развития ребенка, и прежде всего это касается нравственно – волевой сферы личности. В коллективных подвижных играх происходит становление организаторских и коммуникативных умений ребенка. В играх – соревнованиях и играх – эстафетах дошкольники учатся удерживать цель

деятельности, действовать по инструкции, контролировать свое поведение и действия.

Особый вид игровой деятельности – дидактическая игра. Она создается специально в обучаемых целях и проектируется на основе игровой и дидактической задачи. В дидактической игре ребенок получает не только новые знания, но и закрепляет старые. В процессе игры у дошкольника развиваются познавательные процессы и способности, усваиваются общественно выработанные средства и способы умственной деятельности.

Главная цель – обучение, которое основано на стремлении ребенка войти в воображаемую ситуацию и действовать по ее законам, т.е. отвечает возрастным особенностям дошкольника. Соблюдение правил – это условие решения игровой и дидактической задачи. В дидактической игре правила становятся внутренним регулятором детской деятельности, а не выступают как внешние требования взрослого и обеспечивают соблюдение этих правил. Дидактическая игра, как коллективная деятельность, имеет согласованное действие между участниками и контролируется выполнение правил всеми сверстниками.

Важное значение в развитии ребёнка играют театрализованные игры. Такие игры являются переходными, в них присутствуют элементы драматизации. Театральные игры – это игры – представления, в которых в лицах, с помощью таких выразительных средств, как интонация, мимика, жест, поза и походка, разыгрываются литературные произведения. Они подразделяются на две формы: когда действующие лица - определенные предметы (игрушки, куклы) и дети сами в образе действующего лица исполняют взятую на себя роль.

Компьютерные игры. Компьютер, став необходимой частью нашей современной жизни, используется не только для работы, но и для развлекательных игр. Уже с дошкольного возраста дети начинают играть в компьютерные игры, но такие игры формирует у ребенка «запрограммированность» действий, так как их технические функции практически лишают развитие возможностей ребенка. Кроме того, они могут нанести немалый вред ребенку, так как не отвечают интеллектуальным требованиям, а стимулируют современность и агрессивность, рассчитаны на внешний эффект. У ребенка проявляются такие качества, как неспособность планировать и прогнозировать свои действия, доводить дело до конца, концентрироваться и контролировать свое поведение. В ходе игры на компьютере ребенок взаимодействует не с реальным объектом, а с символами, рисунками, изображениями на экране. Это, как правило, виртуальные персонажи, фантазийные нереальные предметы с нереальными свойствами и функциями. Все действия ребенок осуществляет при нажатии кнопки клавиатуры и компьютерной мышки, основная активность происходит в умственном плане. Смысл деятельности ребенка определяются теми задачами, которые ставит перед ним компьютерная игра. Ребенок начинает оперировать понятиями, установками,

правилами, которые диктует ему компьютерный мир. Компьютер приучает ребенка к правилам «выживания» в виртуальном мире, а не вводит его в мир реальных отношений и смыслов человеческого взаимодействия. Поэтому длительное препровождение за компьютером ребенка в дошкольном возрасте может привести к уходу от реальности, затормозить социальное развитие и адаптацию ребенка к миру реальных отношений.

В игре формируются многие особенности личности ребенка, вырабатывается ловкость, находчивость, выдержка, активность.

Игра – это своеобразная школа подготовки к трудовой деятельности.

Игровая деятельность только внешне кажется беззаботной и легкой. Но на самом деле она требует, чтобы играющий отдал ей максимум своей энергии, ума, выдержки, самостоятельности. Она подчас становится подлинно напряженным трудом и через усилия ведет к удовольствию.

Любые игровые взаимоотношения помогают установить контакт, сближают, открывают доступ к самым глубоким тайнам детской души.

Совместные игры для детей и родителей

Совместные игры для родителей и детей приносят неоценимую пользу в становлении детского характера и в развитии психики. Игры позволяют родителям передавать детям свой жизненный опыт, учат их быть самостоятельными, не бояться принимать важные решения, нести за них ответственность и правильно оценивать поступки окружающих. Кроме этого совместное времяпровождение улучшает взаимоотношения родителей и детей. Взрослым очень важно правильно организовать игру и максимально заинтересовать в ней детей. Для этого хорошо сразу занять роль рядового участника и, вспомнив свое детство, самому полностью окунуться в игру. Ребенок, заметив такой искренний родительский интерес, непременно увлечется процессом. Игры для детей в первую очередь должны быть направлены на развитие:

- памяти;
- внимательности и быстроты реакции;
- коммуникативных способностей;
- физической выносливости и ловкости.

Развивающие игры. Самыми распространенными и несложными

развивающими играми для детей являются следующие:

«Холодно — горячо». Ребенок выбирает какой-либо предмет или любимую игрушку, передает ее взрослому, закрывает глаза либо отворачивается (главное — не подглядывать). Взрослый прячет предмет в комнате. Затем ребенок постепенно

приближается к тем или иным предметам в помещении в поисках спрятанной игрушки. Взрослый же в это время дает ему подсказки: «холодно», «теплее» или «горячо». Если ребенок движется не в ту сторону, звучит подсказка «холодно». Если направление поиска правильное, то, соответственно «тепло», «теплее» и «горячо».

«Что пропало?». В данной игре взрослый на столе раскладывает перед ребенком различные предметы: карандаши, ручки, счетные палочки, мелкие игрушки и так далее. Затем он просит ребенка закрыть глаза, а сам в это время убирает со стола какую-либо вещь. Когда ребенок открывает глаза, взрослый просит его назвать исчезнувший предмет. Эту игру можно немного преобразовать и выкладывать на столе однозначные, но разноцветные предметы (например, карандаши), и так же просить ребенка определить, какого цвета карандаш исчез.

«Мужские и женские имена». По правилам игры взрослый и ребенок должны по очереди быстро называть мужские и женские имена. При этом ни одно имя не должно повторяться.

«Вкусное — невкусное». Желательно, чтобы в этой веселой игре участников детского возраста было несколько. Еще потребуется среднего размера мяч. Взрослый по очереди бросает детям мяч, при этом называет что-то съедобное или несъедобное. Если прозвучало что-то съедобное, ребенок должен поймать мячик, а если несъедобное — оттолкнуть от себя.

«Нарисуй так же». Взрослый рисует на листочке бумаги несколько простых геометрических фигур (треугольник, квадрат, круг, прямоугольник), показывает ребенку в течение 1 минуты, затем убирает листок и просит ребенка нарисовать на чистом листочке то, что он только что видел, причем в такой же последовательности.

Коммуникативные игры помогают коллективу, состоящему из детей и взрослых, быстрее подружиться, найти общий язык, научиться понимать друг друга с полуслова. Среди данных игр наиболее полезными являются:

«Давайте познакомимся!». Дети и взрослые садятся в круг вперемешку. Самый первый участник говорит как его зовут. Затем второй участник также называет свое имя, но добавляет еще и свой возраст. Третий действует по той же схеме, но добавляет к рассказу о себе место своего жительства или учебы. А у самого последнего участника, замыкающего круг, уже должен получиться целый связный рассказ о себе.

«Смышленный паровозик». Участникам игры нужно организовать своеобразную шеренгу, встав друг за другом и положив впереди стоящему руки на плечи.

Первым обычно встает взрослый. Затем направляющий начинает показывать какие-либо движения. Стоящая сзади него шеренга должна их в точности повторять.

«Веселая география». Дети и взрослые располагаются в кругу. Затем все по очереди называют свое имя, страну или город, начинающийся с такой же буквы, что и имя. Спортивные игры Спортивные игры с родителями, развивающие физическую выносливость, ловкость и координацию движений, имеют также очень большое значение. Умеренные физические нагрузки очень полезны для растущего организма.

Спортивные игры способствуют развитию правильной осанки, развивают все группы мышц, укрепляют здоровье ребенка. Преимущество таких игр в том, что они не требуют специальной экипировки, поэтому ими можно заняться дома: **«Самый быстрый».** Играют обычно два игрока, взрослый и ребенок. Берут два стула, к спинкам которых привязывают по широкой ленточке. Затем, по команде, каждый начинает скручивать свою ленточку. Победит тот, кто быстрее это сделает и первым сядет на стул. На координацию движений. Участвуют обычно два человека. Оба одновременно берутся правой рукой за правое ухо, а левой рукой за нос. Затем нужно хлопнуть в ладоши и поменять руки, т. е. левой рукой взяться за левое ухо, а правой рукой за нос. Выигравшим считается тот, кто ни одного раза не нарушил условие игры и не запутался.

«Слепой художник». Участвуют несколько детей и несколько взрослых. Сначала дети с закрытыми глазами рисуют каждого взрослого. Затем взрослые с закрытыми глазами рисуют детей. В конце все открывают глаза и смотрят, что у них получилось.

Командные игры Отлично учат чувствовать коллектив и способствуют его сплоченности командные игры. Для этого желательно научиться играть в такие игры, как: «Волейбол в Новый год». Так как игра требует большого пространства и тихо поиграть в нее не получится — лучше делать это вне дома. Зал нужно украсить новогодними украшениями, а посередине вместо сетки протянуть какую-либо новогоднюю растяжку с поздравлениями или длинную гирлянду. Также потребуется большое количество разноцветных надувных шариков. По одну сторону «сетки» располагается команда взрослых, а по другую — детей. Суть игры в том, чтобы каждая команда старалась перетолкнуть все шарики со своей стороны на сторону противника, не позволяя шарикам упасть. Победившей считается та команда, на стороне которой осталось как можно меньше шариков. **«Наступить на шарик».** Участвуют несколько детей и несколько взрослых. К ноге каждого участника на уровне лодыжки привязывается надутый шарик. В процессе игры нужно стараться наступить на шарик противника так, чтобы он лопнул. При этом необходимо следить, чтобы собственный шарик оставался в сохранности.

«Толкатель ядра». Для этого команде из взрослых и детей потребуется один надувной шарик. Победителем будет считаться тот, кто толкнул шарик как можно дальше от нарисованной на полу линии. Место падения шарика у каждого игрока следует отмечать на полу цветными мелками. «Повар». Участвуют команда взрослых и команда детей, у каждой из которых имеется свой поднос. На подносе лежит список продуктов, из которых нужно приготовить то или иное блюдо, а на отдельных столиках лежат необходимые для этого продукты. Побеждает та команда, которая быстрее соберет все необходимые для этого угощения ингредиенты на поднос. Все игры, где дети и родители играют на равных — это не только совместное веселое времяпровождение, но способ повышения детской самооценки. Благодаря таким играм, дети чувствуют свою значимость и равноправие со взрослыми, что позволяет им полноценно развиваться духовно и физически. А гармонично развитый ребенок, который со временем превратится в самодостаточного взрослого человека, уверенно и твердо идущего по жизни, — мечта каждого родителя!

https://divcenter.krn.socinfo.ru/media/2018/06/21/1237991897/sovместnye_igry_dlya_detej_i_roditelej.pdf

Приложение 5

Игры и упражнения

I.1 Игры – разминки

Игра «Путешествие»

По кругу отвечаем на вопрос - Куда еду и на чем? Ответ (место и средство передвижения) должен начинаться на 1 букву своего имени. С целью продолжения знакомства.

Упражнение «Поделись радостью»

Цель: повышение уровня доверия в группе. По кругу поделиться событиями, которые вызвали теплые чувства или радость за время, которое прошло с прошлого занятия.

Упражнение «Домино»

Цель: повышение уровня доверия и сплочения в группе. Первый участник встает и представляет 2 руки как 2 стороны у домино и произносит 2 фразы, касающиеся его интересов, умений, желаний и т.п. Пр-р: «С одной стороны, я умею кататься на велосипеде (протягивает одну руку, с другой стороны очень хочу в отпуск, предлагает вторую руку». Присоединиться может любой, кто обладает сходным интересом, желаниями или умениями. Задача группы в итоге образовать замкнутый круг.

I.2 Тематические игры и упражнения

Упражнение в командах: «Качества, необходимые принимающему родителю».

Ход упражнения: ведущие делят группу на подгруппы. Каждая подгруппа должна составить список качеств принимающего родителя, затем выбрать 3 самых значимых качества и проранжировать их. Далее в ходе дискуссии группа на доске составляет общий список качеств. Ведущий организует обсуждение и дополняет список качеств, если что-то важное было упущено, также аргументируя своё мнение.

Упражнение «Родительская любовь».

Инструкция: Сейчас я прошу Вас вспомнить (попытайтесь воспроизвести наиболее раннее воспоминание), как Вы узнали о том, что Вас любят родители или окружающие Вас взрослые? Как Вы это почувствовали? Когда? Ведущим делается вывод, что родительская любовь выражается по-разному, но важно, что каждый из участников группы получил этот опыт любви от родителей и может теперь передать его своим детям, что является ценным личностным ресурсом.

Упражнение «Линия связи» (Л. Петрановская)

Ход упражнения: Один из участников группы приглашается на роль ребенка, а другой - на роль его кровной мамы. Участникам ведущий говорит: «Ты - ребенок, а это - твоя кровная мама». Исполняющий роль ребенка сразу же взглядом устанавливает связь со своей «мамой». И смотрит на нее, не отрываясь. Затем приглашается еще один человек на роль приемного родителя. Дается инструкция: найти себе место. Если этот участник группы склонен к тому, чтобы «бороться за ребенка» с его кровными родственниками, он часто встает между ними, спиной к кровной маме, как бы заслоняя от нее ребенка. И происходит следующее: «ребенок» сразу же, даже не успев подумать, отстраняется от него всем телом и начинает тянуть шею и изгибаться, чтобы сохранить возможность смотреть на

маму. Если в этот момент спросить «ребенка»: «Кто это рядом с тобой?» - он ответит примерно так: «Преграда, не знаю, какой-то человек, чего он хочет? Он мне не нужен, он мешает, он мне не нравится, пусть отойдет». Далее «приёмного родителя просят найти для себя другое место, такое, чтобы и ему, и ребенку было комфортно. Покрутившись и потоптавшись, он такое место довольно быстро находит, обычно сзади «ребенка» или сбоку. И поразительное дело - как только приемный родитель сходит с магической линии, соединяющей ребенка с его кровной мамой, ребенок подается к нему - телом, неосознанно. Он уже не противится объятиям, разворачивается и смотрит на приемного родителя, периодически все же поглядывая на кровную маму, поддерживая с ней связь. Все это продолжается всего несколько минут, но это упражнение показывает, как в ускоренной съемке, что происходит с привязанностями ребенка, оказавшегося «меж двух семей». Если одна привязанность стремится отменить, вытеснить другую, конкурирует с ней, ребенку плохо. Ситуация конкуренции привязанностей, когда надо выбирать, кого из близких любить, а кого отвергнуть, кому быть верным, а кого предать - вообще одна из самых мучительных в жизни. Для ребенка же, который живет привязанностями, для которого отношения со значимыми взрослыми - это вся его жизнь, она просто непереносима. Посмотрите: ведь и вам это совсем не нужно. У вас в распоряжении все остальные 359 градусов вокруг ребенка и рядом с ним. Есть только одна линия, на которую не надо вставать никогда: линия глубинной, досознательной, кровной связи ребенка с его родными. На нее вставать не надо, потому что как только вы туда ступаете, вы из близкого, дорогого человека становитесь просто преградой. А значит, ребенок не сможет создавать прочные отношения и с вами тоже. Человеческое сердце устроено так, что невозможно убить одно чувство, не повредив все остальные. Если один поток любви перекрыть, вся долина души постепенно превратится в болото. Если ребенку запретить любить, помнить, хранить верность его родным, он не сможет полно и глубоко полюбить и приемных родителей. И наоборот: как часто приходилось видеть, что, получив от приемных родителей «разрешение» любить кровных, то есть поддержку в своем чувстве к родным, дети становились ближе, мягче, контактнее, словно в их душах открывались шлюзы, и любовь сильными потоками разливалась по всем руслам важных для них отношений. После упражнения участники делятся своими чувствами.

Упражнение «Источник сил».

Инструкция: «Представьте себе источник сил...внимательно рассмотрите его... посмотрите вокруг, где находится этот источник, определите, на каком расстоянии он находится от вас... Что Вы чувствуете, когда смотрите на этот источник сил? ... Какое настроение исходит от него? Подойдите поближе к источнику... Если можно дотроньтесь до него... Почувствуйте энергию источника... Сделайте сейчас возле источника все, что захотите... Когда будете готовы вернуться из образа, сделайте глубокий вдох и выдох и откройте глаза». Вопросы для обсуждения: - как вы себя чувствуете? - удалось ли расслабиться и на каком моменте? - что вы представили как источник сил?

Упражнение «Коллаж моих родительских ресурсов».

Инструкция: Участникам дается задание придумать историю на тему «Моя семья 5 лет спустя», после чего участникам предлагается изобразить придуманную

историю на рисунке, затем все рисунки вывешиваются на стене. Каждый участник подходит к своему рисунку и рассказывает свою историю. В завершение в групповом обсуждении участники обсуждают выявленные родительские ресурсы.

Упражнение «Как проявляются травмы прошлого».

Инструкция: Сейчас приглашаются три пары добровольцев: первый участник в паре - «ребенок», другой - «воспитатель». Ход работы. «Дети» по очереди отводятся в сторону. Участникам дается установка, как себя вести. Первому: «У тебя в кулаках зажато нечто очень важное, очень ценное, а может, наоборот, постыдное, что ты никому и никогда не хочешь показывать. Что бы ни происходило, не разжимай кулаков. Для тебя это важнее всего остального». Второму: «Когда-то в твоей жизни случилось что-то страшное, ужасное, что связано для тебя со словом “три”. Если услышишь это слово, значит, тебе грозит опасность, нужно скорее сесть на пол и закрыть голову руками». Третьему: «Не позволяй никому прикасаться к тебе и даже протягивать руки. Ты знаешь, что ничем хорошим это не кончится, поэтому при первой же попытке отбей охоту продолжать: оттолкни, обругай, пошли куда подальше». Приглашается в круг первый «воспитатель» и первый «ребенок». Задание «воспитателю»: «Попросите ребенка похлопать в ладоши, покажите ему, как это здорово, похлопайте вместе!». Участникам дается некоторое время на развитие событий. Игра останавливается в тот момент, когда недоумение или раздражение «воспитателя» будет максимальным. Затем приглашается в круг второй «воспитатель» и второй «ребенок». Задание «воспитателю»: «Научите ребенка считать до пяти». Приглашается в круг третий «воспитатель» и третий «ребенок». Задание «воспитателю»: «Ваш ребенок собрался гулять, вы мирно с ним о чем-то болтаете и вдруг заметили, что он неаккуратно повязал шарф, все горло открыто. Поправьте шарф. Вопросы для обсуждения. Что воспитатели испытывали, когда пытались поиграть с ребенком, научить его чему то, проявить заботу, а получили неадекватную реакцию? Что, по мнению участников, происходило? Почему дети так странно вели себя? Участникам, выполнявшим роль детей, предлагается рассказать, какие установки ими были получены и какие чувства они испытывали, когда «воспитатели» проявляли непонимание и настойчивость.

Комментарии ведущих. Ведущий подчеркивает, что в действиях «воспитателей» не было ничего заведомо неверного. Любой бывает обескуражен, столкнувшись с поведением, мотивы которого совершенно непонятны. Цель наших занятий: подготовить к подобным ситуациям, показать скрытую сторону происходящего. Вопрос участникам: Одинаково ли воспринимают действия взрослых дети, пережившие насилие, и дети из благополучных семей? Информация ведущего. Ребенок, переживший насилие, настороженно относится к любым контактам со взрослым. Он старается избегать таких контактов, по-своему трактует любые, на взгляд взрослых, безобидные действия, жесты или слова. Вопрос ведущего: Изменились ли ваши представления о воспитании подопечного ребенка в семье?

Игра «Ежик».

Ход работы: выбирают одного из участников на роль «ежика» и участника на роль того, кто будет взаимодействовать с «ежиком» (например, «воспитатель»). Инструкция: Задание «ежику»: вы – ежик. Вы свернулись в клубочек и выставили

свои иголки, потому что чувствуете опасность. Прислушайтесь к тому, что и как будет говорить вам человек. Поступайте так, как подсказывает вам внутреннее чувство. Задание «воспитателю»: ваша задача расположить к себе «ежика», вызвать его доверие и добиться согласия пойти с вами. Вы можете выбирать любые способы, кроме насилия. Затем можно повторить игру несколько раз, по очереди меняя того, кто взаимодействует с «ежиком». Интервенции ведущего: Вопросы «ежику»: - как вы чувствовали себя, когда с вами общался первый участник? - что в его словах и действиях помогало и что мешало установить с ним контакт и довериться ему? - чем отличалось поведение других участников? Вопросы «воспитателю»: - как вы себя чувствовали в контакте с «ежиком»? - легко ли было добиться его доверия? - что вам помогало и что мешало? - как, по вашему мнению, связана эта игра с темой нашего занятия?

Упражнение «Мое состояние сейчас». Цель - работа с актуальным эмоциональным состоянием участников.

Инструкция: Прошу Вас нарисовать в метафорической форме состояние, которое есть у вас сейчас. Ход работы: Участникам предлагается сделать рисунок на тему «Мое состояние сейчас». Каждый участник, показывая свой рисунок, рассказывает, какие испытывает в данный момент переживания и чувства. Интервенции ведущего: оказание помощи участникам в вербализации чувств и состояний, при необходимости оказание поддержки.

Упражнение «Хронология умений», цель: расширение информационного поля в вопросах нормативного развития.

Инструкция: Разложите карточки с примерами психофизического нормативного развития ребенка по прямой от 0 до 3 лет (книга Сиротюк А. Л., Сиротюк А. С. Современная методика развития детей от рождения до 9 лет).

1.3. Работа с кейсами

Упражнение «Проявления нарушений привязанности» (Для данного упражнения использованы материалы А. В. Сидорова).

Ход упражнения: участники делятся на подгруппы, и каждая подгруппа получает карточку с ситуациями, в которых описано поведение детей, переживших травматический опыт. Инструкция: «Обсудите в подгруппах следующие вопросы: - какова Ваша первая реакция на поведение ребёнка (чувства, мысли)? - с чем может быть связано подобное поведение?»

Кейс №1.

Во время посещения гостей Вы заметили, что ребёнок взял чужую игрушку и хочет унести ее домой.

Комментарий ведущего: Известно, что для многих опекунских и приемных детей характерно полевое поведение, а развитие волевого поведения заторможено вследствие психотравмы. Поэтому, с точки зрения помощи ребенку в увеличении доверия, оценка случившегося как кражи и попытки наказать ребенка за совершенный проступок являются крайне неэффективными. Стратегия действия родителя в данном случае заключается в том, чтобы лишний раз не искушать ребенка и помочь ребенку в саморегуляции с помощью «напоминалки» - записи о том, что нельзя брать без разрешения, или талисмана, который напоминает об этом.

Кейс №2.

После игрового терапевтического занятия с психологом ребенок в Вашем присутствии просит психолога подарить ему карандаш (игрушку, пластилин). Вы чувствуете, что ребенок может обидеться, если не получит того, что просит.

Комментарий ведущего после обсуждения в группе: такое поведение ребенка может быть, с одной стороны, следствием нарушения привязанности по невротическому типу (ребенок любыми способами стремится привлечь к себе внимание), с другой – у ребенка не сформировано понимание различий между своим и чужим. Адекватной проблеме дефицита доверия будет стратегия, заключающаяся в том, чтобы вначале объяснить ребенку, что это не личная вещь и поэтому психолог не может подарить ее, затем поговорить с ребёнком о том, какие его вещи и какое пространство дома являются личными.

Кейс №3.

Ребёнок в Вашем присутствии «липнет» к малознакомым людям, пытается обнять их, взять за руку.

Комментарий ведущего после обсуждения в группе: такое поведение характерно для части воспитанников детского дома, которым не удалось добиться устойчивой привязанности ни к одному человеку, поэтому они действуют по принципу «с миру по нитке», берут количеством вместо качества (размытая привязанность). Вы можете поговорить с ребенком о том, как Вы относитесь к такому его поведению с незнакомыми людьми.

Кейс №4.

Во время игры на детской площадке детей 5-6 лет один из них начинает убегать от другого – «преследователя», при этом дети бегают по газонам и лавочкам, детской горке, не реагируют на замечания взрослых.

Комментарий ведущего после обсуждения в группе: В данном случае вряд ли помогут словесные требования или удержание агрессивного ребенка за руку, так как он будет вырываться. Но родитель может стать на пути «преследователя», обхватить его руками за талию, перевернуть вниз головой, а затем вернуть в нормальное положение. Возможно, что для такого ребенка характерен деструктивный тип привязанности, когда власть и сила важнее любви. Поэтому в дальнейшем Вам необходимо проверить, какие рамки и ограничения в поведении ребенок может соблюдать.

Приложение 6

Блокнот – мотиватор (отрывок)

Распечатывается на каждого участника (взрослого) клуба.



<p><i>Дорогой друг!</i></p> <p><i>Сегодня наступил еще один этап в достижении Вашей мечты – быть родителями, а, главное, мечты маленького ребенка – быть сыном или дочкой, иметь свой дом и любящих родителей. Путь родителя сложен и многогранен, он требует терпения, ответственности за себя и своих близких, уважения, доброты и любви! Мы рады приветствовать Вас в нашем Клубе «Встретимся в Беседке» и постараемся помочь в осуществлении Вашей Мечты!</i></p> <p><i>Добро пожаловать!</i></p> 	<p><i>Ты держишь в руках Блокнот – мотиватор, который мы создали для тебя, надеясь, что он станет твоим настоящим помощником и надежным товарищем.</i></p> <p><i>Мы желаем тебе вдохновения: рисуй, клей, пиши, вспоминай, фантазируй, мечтай, одним словом – твори! Мы надеемся, что этот блокнот поможет тебе справляться со всеми эмоциями и неприятными жизненными событиями, поддерживать оптимистичный курс на обозримое будущее.</i></p> <p><i>Нам важно чтобы ты помнил, что каждый человек интересный и не похожий ни на кого другого. А значит, благодаря тебе, этот блокнот станет уникальным и неповторимым шедевром!</i></p> 
---	---

Семейный альбом



На этих рисунках изобрази свою семью в настоящее время! Рисуй действующих, но сгораживай свои эмоции и фантазию!

Семейный альбом

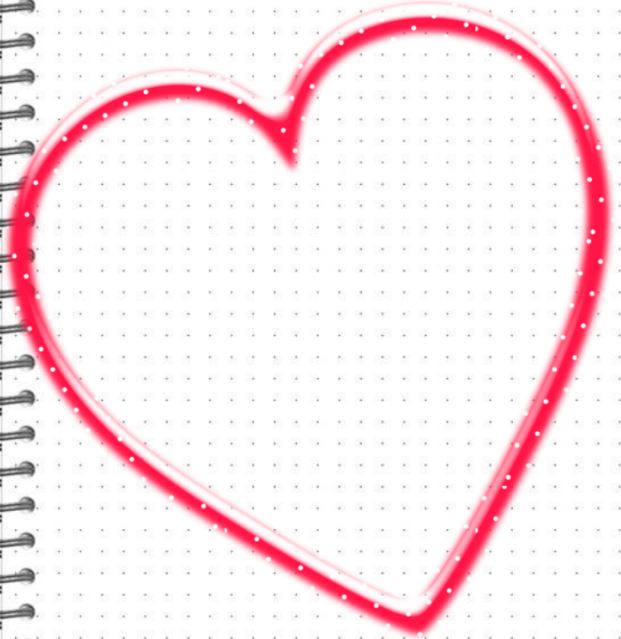


Хочешь, можешь нарисовать, а можешь и наклеить фотографии любимых моментов

Семейный альбом



Наполни это сердце тем, что тебя радует



Если не можешь решить, отрази свое сердце: оно кто-то знает, чего тебе на самом деле хочется.

Маск Брай, «Тюнда хилер»

Л и н и а с л и б а

Сложки отшиваются по линии сгиба
И можно закрепить папкой.
Отшивай когда очень захочется

Листы благодарности



Благодарности — это не просто какие-то пустые слова, которые человек может сказать тому, кто сделал ему добро. Умение благодарить — это особенный стиль жизни счастливых людей.
Благодарности — это любовь. Быть благодарным — это значит дать место в своем сердце тому, кого ты благодаризишь.
Поблагодари кого считаешь нужным.

Листы благодарности



Мои открытия о себе



Бывает так, что мы уверены. Что хорошо знаем себя, но... после определенных событий делаем открытия о самом себе, которые нас удивляют, впечатляют и даже дают повод гордиться собой!
Складывай эти открытия в конверт

Мысли вслух



«Какими качествами должен обладать ребенок к моменту выхода в самостоятельную жизнь?»

Напишите, какими качествами должен обладать ребенок по достижении 18 лет?

Тема 1

Возрастной период	Общие задачи развития ребенка	Нормальное развитие включает...	Результатом прерванного развития может быть	Поведение родителей при проблеме развития может включать	Что могут сделать родители
С рождения до года	Формировать чувство безопасности и доверия	-быстрый физический рост -начальную стадию развития языка (речи) -формирование двигательной активности (овладение мышечным контролем) на основе выполнения самых существенных поручений (само, лично, совместно) развивать доверие к родителям, сильной привязанности к взрослому в семье здоровое отношение к окружающим людям.	-неиспособность развиваться физически и эмоционально -слабое развитие языка (речи) -неуверенность -исповедность определять свои нужды и потребности неиспособность показать потребность в помощи	-ленивость -отсутствие реакции -слабое развитие моторной системы (слабый мышечный контроль) -мало двигается и говорит -достаточно плачет	

Возрастной период	Общие задачи развития ребенка	Нормальное развитие включает...	Результатом прерванного развития может быть	Поведение в результате прерванного развития может включать	Что могут сделать приёмные родители
6 – 10 лет	Добиться понимания и контроля над жизнью вне семьи	-формирование умения рассуждать/аргументировать: развитие навыков объяснения причин -новые физические умения: ребенок учится много трудиться и много играть -способность осознать порядок в устройстве мира: умение времени и пространства -различение совести: "правильно – неправильно" (что такое хорошо – что такое плохо)	-стойкие подавленности, вызванное чувством печали и потери: "Почему это случилось со мной?", "Эта неправда!" -огорчение/зависть -печаль -отрицание -жизненную жертвию и оставаять мало сил и энергии для новых свершений -слабая выносливость -слабая способность дружить и находить друзей, трудно заводит друзей	-чувства гнева, депрессии -очень задирищ "командир" в отношениях с детьми или очень замкнутый -слабые достижения в школе -пытается подружиться с более старшими детьми, считает, что он всё знает, чтобы прикрывать недостатки навыков	

Возрастной период	Общие задачи развития ребенка	Нормальное развитие включает...	Результатом прерванного развития может быть	Поведение в результате прерванного развития может включать	Что могут сделать приёмные родители
10 – 16 лет	Осознать кто ты и твоё место в мире	-настужение половой зрелости и ряда других физических изменений -необходимость утвердить свою независимость от семьи – потребность связей за пределами семьи -необходимость осознать и принять переживание сильных эмоциональных чувств, в первую очередь – сексуальных -стоит под сомнение ценности взрослых и меняет взгляды на жизнь. Подобные моменты характерны для детей в возрасте 3-6 лет. Необходимость "спуститься и исследовать" но с безопасной базы -изменение взглядов о себе, укрепление чувства личности, устанавливает более четкие границы привлекательности	-неуверенность -белое самозабвение -длительной дружбе/связи -лутанша в определении "кто есть я?"	-ярость агрессия -прояется от взрослых ("стена" между ребенком и взрослыми) -вызываете себя ведёт по отношению к выходящим -неуместное привлечение внимания, например, воровством, сексуальными провокациями -различия, пропуски занятий -любви, употребление алкогольных напитков или наркотиков	

Возрастной период	Общие задачи развития ребенка	Нормальное развитие включает...	Результатом прерванного развития может быть	Поведение в результате прерванного развития может включать	Что могут сделать приёмные родители
Возраст 1 – 3 года	Формировать независимость и уверенность в себе	-учение стоять, ходить, поднимать маленькие предметы, вставать -должен использовать взрослого в качестве основы для исследования мира -необходимость полагаться на способности контроль над своим миром, ребёнок неудачей помогает – злость и разочарование	-слабое физическое развитие и координация движений -недостаток доверия к взрослому, который укаживает за ребенком, например, купание, сосание, детский туалет -очень боялся познавать мир или в том, что он становится очень независимым от взрослых и встает и все время следовать за ними -неспособность контролировать свой гнев и разочарование	-возвращение к характерному для очень маленьких детей (регрессия), например, купание, сосание, детский туалет -очень ребенок может "испытать" за взрослых и встает все время следовать за ними -утраченное, сотрудничество контрольно -вспышки раздражения	

Возрастной период	Общие задачи развития ребенка	Нормальное развитие включает...	Результатом прерванного развития может быть	Поведение в результате прерванного развития может включать	Что могут сделать приёмные родители
3 – 6 лет	Познавать себя и окружающий мир	-быстрое развитие языка -любопытство и стремление к получению информации – постоянные вопросы -радость при выполнении физических действий -ребенок становится более любознательным -использование ролевых игр как способ познания мира -ребенок начинает сотрудничать, делиться своими игрушками вещами с другими -проявлять багть с другими детьми и взрослыми -приобретение большей самостоятельности и независимости: владение навыками самообслуживания и способностью ослезаться самостоятельно	-задержка в развитии языка (речи) -недостаток любопытства -слабая координация движений – страх перед физическими действиями -чувство, что он во всем виноват и его обвиняют -неконтролируемые чувства злости, агрессия -неумение делиться с другими -недостаток контроля за биологическими функциями организма	себе замкнутость или загороженное ("запертое") поведение ночные кошмары "чувство, что окна – "плоско" ребенок чувствует вину за то, что произошло "презренная" привязанность к взрослому беспокойное поведение – ребенок "покажет" по комнате агрессивные отголоски к себе, к другим детям, предметам	

ОСНОВНЫЕ ВОЗРАСТНЫЕ КРИЗИСЫ *Это родителям нужно знать!*

Возраст	Симптомы	Причины	Профилактика
НОВОРОЖДЕННЫЕ ПЕРВЫЕ 4-6 НЕДЕЛЬ	<ul style="list-style-type: none"> ребёнок не может жить вне маминого живота адаптируется к безжалостному пространству учится жевать, сосать грудь, переваривать еду приспосабливается к колебаниям температуры адаптируется к работе и взаимодействию его органов 	<ul style="list-style-type: none"> слабое зрение и слух многочисленные рефлексы длительные периоды сна страхость эмоций контакт с матерью с первых минут рождения грудное вскармливание максимально оптимизировать на голое ребёнка близкий (телесный контакт) ласка и любовь 	<ul style="list-style-type: none"> горизонтальная перестройка органов ускоренный рост и увеличение различие основных поз осознание поз и их различия появление осознания себя и окружающих необходимость самопроявления
3-х ЛЕТ 2,5-4 ГОДА	<ul style="list-style-type: none"> осознание себя личностью, отделение от родителей стремление к независимости опыт от ошибок, привнесённых перен жизнь независимости 	<ul style="list-style-type: none"> негативизм упрямство неослушание искерки протест 	<ul style="list-style-type: none"> повышенная выносливость независимость агрессивность равнодушие перепады настроения
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА 6-8 ЛЕТ	<ul style="list-style-type: none"> переход на мир детей в мир взрослых смена вида деятельности с игривой на учебную осознание и осмысление себя повышение социальной оценки формирование мнения о себе 	<ul style="list-style-type: none"> завистливость неадекватная самооценка конфликтность расширение границ своих прав 	<ul style="list-style-type: none"> рационализация крит. самоанализ, без жалости и испуга испыт. базис неуст. созн. и контроль не навешивать себе ярлыки предлагать поддержку присоединиться к пониманию и терпению
ПЕРЕХОДНОГО ВОЗРАСТА 12-14 ЛЕТ	<ul style="list-style-type: none"> формирование личности осознание себя личностью, отделение от родителей стремление к независимости опыт от ошибок, привнесённых перен жизнь независимости 	<ul style="list-style-type: none"> негативизм упрямство неослушание искерки протест 	<ul style="list-style-type: none"> повышенная выносливость независимость агрессивность равнодушие перепады настроения

Шпаргалки по воспитанию

Шпаргалки по воспитанию

26 подсказок любящим родителям

1. Вопрос №1: «Я расту послушного или счастливого?»
2. Когда ребёнок вас не слушает, вспоминайте вопрос №1.
3. Даже самый маленький лучше мамы знает, тепло ему или холодно, хочет он есть или уже нет, нравится ему что-то или не нравится.
4. Дети копируют родителей. Нет смысла ругать за недостатки, которые они взяли у вас.
5. Почаще предоставляйте ребёнку выбор. Например: что (и сколько) съесть, во что играть, где гулять... Так он учится.
6. По возможности не мешайте получать негативный опыт. Пусть ошибается: опыт лучше нравочувствий.
7. Лучше дать ребёнку возможность самому почувствовать свои силы на опасных «лазилках», чем пугать его возможными опасностями. Вопрос №1, помните?
8. Заботьтесь о ребёнке в том, в чём он не может о себе позаботиться, и не отнимайте у него права делать для себя то, что он уже может.
9. Лучший способ обучения – показывать как, а дальше – дать возможность делать самому.
10. Делитесь технологиями: как и что делается.
11. Когда ребёнку плохо, его надо не учить, а любить: тёплые объятия и ласковые слова – всё, что нужно.
12. То, что вы сильнее, ещё не значит, что вы всегда правы.
13. Отличный способ ограничить время за экраном – общение с близкими и любимое дело.
14. Первый критерий в выборе няни, воспитателя, учителя, тренера – любовь к детям. Только не путайте с «сюсюканьем».
15. Карманные деньги лучше не дарить, а выдавать.

Шпаргалки по воспитанию

16. Чем больше вы уважаете своего ребёнка, тем больше шансов у него вырасти в уважаемого человека. Вопрос №1.
17. К счастью, родители не всегда ошибаются одновременно. Поэтому тот, кто помнит о вопросе №1, может защитить ребёнка от второго.
18. Вы имеете право чего-то не знать. Вы имеете право ошибаться. Не притворяйтесь непогрешимым – это смешно.
19. Учите вопросами. Самостоятельно найденный ответ ценнее готового.
20. Вы тоже человек: не жертвуйте всем ради ребёнка. Ваша способность отстаивать свои интересы и заботиться о себе – прекрасный пример для подражания! Вопрос №1.
21. Если ребёнок получает ваше внимание, только боится, он будет делать это чаще. Играйте с ним, когда он здоров!
22. Не заставляйте ребёнка реализовывать ваши мечты – лучше реализуйте их сами. Вам не поздно! Правда-правда! Дети копируют либо то, либо другое.
23. Виноваты? Попросите прощения у ребёнка.
24. Не превращайте в очередной сеанс нравочувствий ситуацию, когда ребёнок ошибся или оступился.
25. Если обещали наказать за что-то, накажите. Отмена наказания – это обман. А он куда болезненнее, чем то, что вы пообещали сделать.
26. Не стремитесь сломать или слепить ребёнка под себя.

Твои заметки

Здесь можно получить помощь:

✓ ГКОУ «ДЗЕРЖИНСКИЙ САНАТОРНЫЙ
ДЕТСКИЙ ДОМ»
<http://dzrdd.ucoz.ru/>



✓ ППМС ЦЕНТР
<https://ппмс.рф/>



✓ ГБУЗ НО «КОНСУЛЬТАТИВНО-
ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ПО
ОХРАНЕ ПСИХИЧЕСКОГО
ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И
ПОДРОСТКОВ» АДРЕС: Г.
Н.НОВГОРОД УЛ. СЕМАШКО 37
<http://guzno.ucoz.com/>



✓ ГБУЗНО «НОЦ СПИД»
<https://antispidnn.ru/>



Важные учреждения:

✓ Министерство социальной политики
<https://minsocium.ru/>



✓ Министерство образования
<https://minobr.government-nnov.ru/>

Официальный сайт Администрации
городского Округа города Дзержинска
[https://адмдзержинск.рф/
/informatsiya/anoounces/5977/](https://адмдзержинск.рф/informatsiya/anoounces/5977/)



Центр опеки и
попечительства России

Опека г. Дзержинска

Адрес: пр-кт Дзержинского, 4 (кабинеты №№ 2, 3, 4, 5, 5а,
7, 9, 11, 14).

Прием граждан будет проводиться по прежнему графику:
вторник (с 14:00 до 17:00) и четверг (с 9:00 до 12:00).

Контактные телефоны: 8 (8313) 39-70-53, 8 (8313) 39-72-48,
8 (8313) 39-72-64.

Важные учреждения:

✓ ГКУ НО «УПРАВЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ
ЗАЩИТЫ Г. ДЗЕРЖИНСКА»
<http://dzr.uszn52.ru/>



✓ ГБУ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО
ОБСЛУЖИВАНИЯ
ГРАЖДАН ПОЖИЛОГО
ВОЗРАСТА И ИНВАЛИДОВ
ГОРОДА ДЗЕРЖИНСКА»
<http://dzr.cso52.ru/>

✓ ПЕНСИОННЫЙ ФОНД
РФ
<https://pfr.gov.ru/>



ПОРТАЛ
МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНЫХ
ЦЕНТРОВ (МФЦ)
ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ
ГОСУДАРСТВЕННЫХ И
МУНИЦИПАЛЬНЫХ УСЛУГ
НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
[https://www.umfc-
no.ru/filials/detail.php?id=310615](https://www.umfc-no.ru/filials/detail.php?id=310615)

Приложение 7

Настольная игра «МультЭмоции - Зоркий глаз»

Правила игры:

Настольная развивающая и обучающая игра для дружной компании со звонком поможет понять, кто в компании самый быстрый, ловкий и внимательный. Играть можно вдвоем или компанией! Подходит для детей и взрослых. Отлично развивает эмоциональный интеллект и позволяет лучше узнать игрокам друг друга.

Перед вами поле и карточки с изображениями любимых Мультгероев.

1 ВАРИАНТ ИГРЫ:

начинает игру самый младший игрок, переворачивает верхнюю карточку из стопы так, чтобы картинку видели все. Тот, кто первый найдет данное изображение на поле, нажимает на звончок. Кто найдет и соберет больше картинок, тот победил! Если игрок позвонил, но картинку не нашел, то он получает штрафной балл, а карточка помещается в конец колоды.

2 ВАРИАНТ ИГРЫ:

Создаются две команды, определяют (можно жребием), какая команда начинает первой. Участник первой команды переворачивает верхнюю карточку из стопы так, чтобы картинку видели все. Тот, кто первый найдет данное изображение на поле, нажимает на звончок. Команда, собравшая больше картинок, победила! Если игрок позвонил, но картинку не нашел, то он получает штрафной балл, а карточка помещается в конец колоды.

3 ВАРИАНТ ИГРЫ:

игру можно усложнить, задавая вопросы ребенку: кто изображен на этой картинке? Какое у него настроение или эмоция? Почему у него такое настроение?

Используя брошюру, можно изучать эмоции, рисовать свои и рассказывать, что можно делать, когда злишься, радуешься или тебе страшно.

Приложение: Брошюра

Мир чувств и эмоций сложен и многообразен. Богатство эмоциональных переживаний помогает человеку глубже понимать происходящее, более тонко проникать в переживания других людей, их межличностные отношения, способствует познанию человеком самого себя, своих возможностей, способностей, достоинств и недостатков, мира окружающих его предметов и явлений.

В настоящее время, заботясь о физическом и познавательном развитии ребенка, взрослые зачастую забывают о важности его эмоционально-личностного развития, которое напрямую связано с психологическим и социальным благополучием

ребенка. Поведение ребенка, развитие его эмоциональной сферы является важным показателем в понимании мира маленьким человеком и свидетельствует о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития.

Эмоциями называются наши яркие ощущения. Их довольно много. Важно уметь отличать их друг от друга: это помогает познать себя, внутренний мир родителей и друзей, сделать речь красивой, выразительной.

Отличия эмоций от чувств:

- чувства часто длятся намного дольше;
- эмоции поверхностны: быстро возникают, быстро исчезают;
- чувства конкретны, эмоции расплывчаты: «Мне страшно» (эмоция), «Я боюсь ее» (чувство).

Чувство — набор сложных эмоций (например, любовь состоит из интереса, радости и др.)

Что должен уметь ребенок старшего дошкольного и младшего школьного возраста:

- быстро отличать эмоции друг от друга;
- понимать эмоциональное состояние собеседника;
- описывать собственное настроение;
- подбирать подходящие эпитеты для описания жизненных ситуаций.

Радость

— положительная эмоция, знакомая каждому. Мы испытываем радость тогда, когда происходит что-то хорошее. Выразить это чувство человек может словами и действиями. Признаками радостного состояния является смех, улыбка. Испытывать радость приятно, также как и доставлять ее другим.

Эта позитивная эмоция знакома всем: например, люди испытывают ее, когда побеждают в соревнованиях, получают долгожданный подарок, слышат похвалу.

Настроение резко поднимается, мы начинаем мыслить оптимистично: будущее кажется прекрасным, а мир вокруг — доброжелательным.

Радость проявляется в виде широкой улыбки, легкого смеха.



Грусть

— чувство, которое появляется тогда, когда мы узнаем что-то печальное или думаем об этом. Грусть нельзя назвать сильной эмоцией, она быстро проходит. Это не значит, что нельзя позволять себе грустить, иногда это необходимо любому человеку. Но не стоит слишком предаваться печальному настроению, полезнее попробовать побыстрее от него освободиться, занявшись чем-то приятным или полезным.

Грусть — отрицательная эмоция, с которой мы сталкиваемся во время неприятных моментов жизни; противоположность радости.

Мы испытываем грусть, когда проигрываем, когда нарушаются наши планы. Эмоция показывает, что ожидания человека не воплотились в реальность.

Также грусть появляется, когда мы читаем тоскливые книги или смотрим фильмы, где с главными героями происходит нечто печальное.

Грусть — легкое уныние, которое не длится слишком долго. Гаснет взгляд, уходит улыбка с лица, но позже все приходит в норму.



Гнев

— злость, сильное раздражение на кого-то или что-то. Испытывать гнев не приятно, но иногда такое случается с каждым. Это сильная эмоция, которая может доставить неприятности нам и другим людям. Важно объяснить детям как управлять гневом, уметь выражать его правильно. Если человек часто бывает злой, то ему трудно находить друзей, он часто бывает одинок.

Бурная, ярко окрашенная негативная эмоция, которая может принести пользу — гнев помогает начать действовать.

Люди гневаются, когда на жизненном пути встречается нечто неправильное, несправедливое их точки зрения. К примеру, в классе обижают тихого и спокойного одноклассника, который никому не желает зла — такая ситуация может вызывать у наблюдателя гнев на обидчиков.



Также гнев сигнализирует о том, что окружающая реальность не позволяет достигать целей, чувствовать себя свободно и удобно. Незнакомец нахамил в метро и наступил на ногу? Это один из случаев, когда гнев естественен.

При гнев человек хмурится, поджимает губы, может смотреть в одну точку. Противоположностью гнева называют спокойствие, принятие.

Злость

Злость — эмоция, которая направлена на человека или явление. Состояние раздражения, ярости, недоброжелательности. Противоположность — добродушие, спокойствие.

Переживая злость, люди хмурятся, не могут усидеть на месте, громко говорят.

Люди чувствуют злость во время ожесточенной драки, желая ударить противника; в момент унижения, оскорбления.

Злиться можно на себя: так человек показывает, что недоволен. Например, сломавший ногу злится на себя невнимательность и легкомысленность.



за

Страх

— сильная отрицательная эмоция, которую люди испытывают, если им что-то угрожает. Опасность может быть реальной или ожидаемой, воображаемой. Каждый ребенок неоднократно чувствовал страх, поэтому он может легко распознать его изображение на иллюстрациях или фото, а также привести примеры событий, предметов и явлений, вызывающих у них это чувство. Дети должны знать, что страх бывает различным по своей интенсивности, от испуга до ужаса. Важно объяснить детям, что эта эмоция необходима человеку, так как она предупреждает опасности. Можно добавить, что для иллюстрации страха на картинках часто используется черный цвет.

Страх принято считать злой, неприятной и губительной для человека эмоцией, хотя он способен уберечь нас от бед.

Эта эмоция рождается, когда человек понимает: скоро должно произойти плохое. Будущая угроза не всегда реальна, иногда мы самостоятельно придумываем неприятности, которые могли бы приключиться в будущем.



об

Страх заставляет наш организм собрать все силы, чтобы бороться с препятствием: громко бьется сердце, тело напрягается, кожа краснеет или бледнеет.

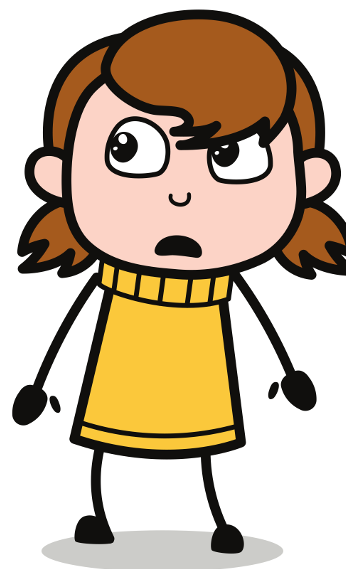
Когда мозг человека понимает, что угроза миновала или оказалась выдуманной, возвращается покой, обычное состояние. Противоположность страха — чувство полной безопасности.

Испуг

Испуг появляется при возникновении неожиданной и одновременно неприятной ситуации; является антонимом спокойствия.

Человек начал переходить дорогу, но не заметил выезжающую из-за поворота машину. Пришлось быстро реагировать, чтобы не попасть под колеса. Угроза жизни вызвала сильный испуг.

Внешне испуг проявляется следующим образом: сердце бьется сильнее, могут дрожать руки и ноги, округляются глаза, человек вздрагивает.



Восхищение

— приятная эмоция, возникающая при встрече с чем-то очень красивым или необычным. Восхищение могут вызвать: необычная игрушка, сад в цвету, нарядная девочка. Люди, выражая восхищение, используют особые восклицания: (ох, ах, ух ты, вот это да) и слова (неужели, потрясающе, прекрасно, замечательно, необыкновенно). Восхищение бывает таким сильным, что выразить свое чувство словами очень сложно. По фотографии или рисунку дети-дошкольники легко узнают человека, который чем-то восхищается, хотя описать его чувства им трудно, для этого нужны специальные логопедические тренировки.



Это приятная, воодушевляющая эмоция. Возникает, когда мы сталкиваемся с прекрасным, уникальным, редким.

Например, люди испытывают восхищение при посещении музеев, картинных галерей. Мы восхищаемся красотой, величием природы, сложным и загадочным устройством космоса.

Однако окружающие тоже могут вызывать эту эмоцию — нам нравится наблюдать за талантливыми людьми, их работой (танец, рисование), следить за учеными, героями, исследователями.

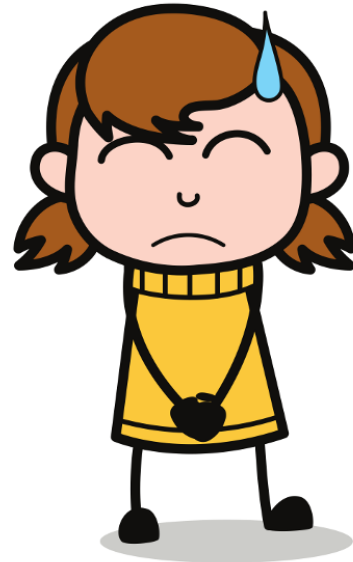
Простые вещи (модное платье, милая игрушка) также становятся предметом восхищения. Все зависит от человека, который наблюдает за происходящим, от его вкуса.

Эмоция, противоположная восхищению, — отвращение, презрение.

Как проявляется? Человек может улыбаться, поднимать брови, слегка округлять глаза.

Стыд

— неприятное чувство, которое возникает тогда, когда мы сделали что-то плохое и жалеем об этом. Чем старше дети, тем легче объяснить им суть и значение этого эмоционального состояния. Признаками стыда является не только определенная мимика, но и покраснение отдельных частей лица (щек, ушей, шеи). Знание этой особенности поможет дошкольникам быстрее и легче узнавать стыд на рисунках (кстати, этот признак часто можно увидеть на сюжетных картинках для детей и даже на смайликах) и в поведении окружающих людей. С детьми 6-7 лет можно провести беседу о разнице между стыдом и застенчивостью, эти состояния легко перепутать.



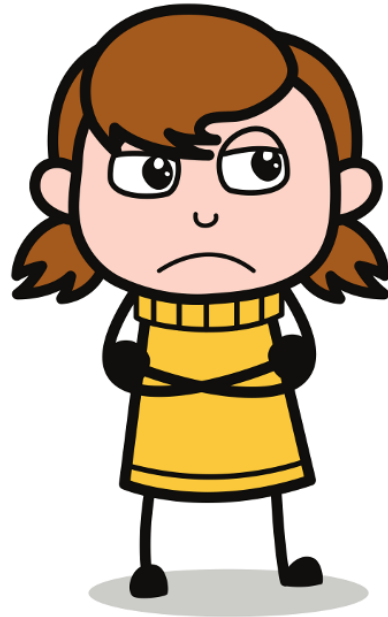
Очень неприятная, разрушающая изнутри эмоция, ощущается как тяжесть или жжение (люди, которым стыдно, часто краснеют от этого переживания).

Стыд появляется, когда мы совершаем некрасивые или нелепые поступки публично. Наличие свидетелей — основа возникновения стыда. Например, человеку будет стыдно за то, что он громко ругался в общественном месте (а потом успокоился и пожалел об этом) или поскользнулся и упал в лужу на глазах у всех.

Эмоция рождается, когда поведение не соответствует идеалу — личному или других людей. Противоположная эмоция — превосходство, раскованность.

Обида

— человек чувствует обиду тогда, когда ему чей-то поступок кажется несправедливым. Одни люди обидчивы, другие редко испытывают эту эмоцию. Описать состояние обиды трудно, дети дошкольного возраста должны уметь узнавать его изображение. Для этого можно использовать как схематичные изображения (например, смайлики – простые картинки эмоций для детей), так и реалистичные рисунки, цветные или черно-белые фотографии. Кстати, такой наглядный материал удобно распечатывать из подборок и презентаций на специализированных логопедических сайтах.



Отрицательная эмоция, имеющая много общего с разочарованием. Ее противоположность — легкое чувство прощения.

Мы обижаемся на человека, когда он не оправдывает наши ожидания: допустим, предательство лучшего друга вызывает обиду, потому что мы ждем от близких поддержки, верности. Чувствуется опустошенность, растерянность.

Также с обидой можно встретиться при столкновении с несправедливостью, когда ситуацию нельзя исправить: ученик долго готовился к участию в школьной олимпиаде, мечтал победить, показать знания, но проиграл. В душе копится обида на себя, на неудачные обстоятельства.

Как проявляется обида? Губа выдвигается немного вперед, человек прячет взгляд.

Интерес

Встречая новое, мы автоматически проявляем положительную эмоцию под названием интерес: останавливаем взгляд на объекте интереса, поднимаем брови, приоткрываем рот.

Люди любят информацию: вспомните, как вы обращаете внимание на новую одежду друзей, смотрите блогеров, которые снимают странные видео.



Человека привлекают необычные вещи, он спешит их изучить, познакомиться поближе и понять: вдруг знания помогут в будущем? Любой факт способен принести пользу.

Мы можем интересоваться конкретными занятиями, явлениями, людьми (так появляются хобби, новые приятели). Интерес заставляет искать, размышлять, развивать интеллект и воображение.

Эмоция, противоположная интересу, — **скука**.

Удивление

Удивление считается необычной эмоцией: оно может быть и положительным, и отрицательным.

Действительно, вещи, которые нас окружают, способны приятно удивить, а порой мы испытываем удивление в сочетании с разочарованием или отвращением.

Например, удивить может храбрость человека, который спас ребенка во время пожара, а также непорядочность вора, укравшего чужие вещи.

Как узнать эту эмоцию? Человек поднимает брови, губы и глаза округляются.

Равнодушие — полная противоположность удивления.



Отвращение

Когда нам что-то категорически не нравится, мы строим гримасы, щуримся. Появляются морщинки около рта и глаз. Это отвращение.

Можно чувствовать отвращение к реальным предметам: такую эмоцию вызовет испорченная еда, плесень.

А еще испытывают отвращение по отношению к плохим людям, которые



совершают ужасные поступки (например, преступникам).

Почему появляется отвращение? Так мозг реагирует на то, что может навредить: жестокие люди, поверхности с вредоносными микробами и т. д.

Восторг, удовольствие — эмоции, противоположные отвращению.

Презрение

Эта эмоция внешне проявляется через поджатые губы и слегка замедленный взгляд.

В отличие от отвращения, презрение можно испытывать только к людям, их поступкам. Вкусы, запахи, предметы сюда не входят.

В голове у каждого есть представление о том, что хорошо, а что плохо. Презрение появляется, когда человек не соответствует нашим представлениям о хорошем и правильном. Иногда эта эмоция помогает нам почувствовать себя лучше остальных.

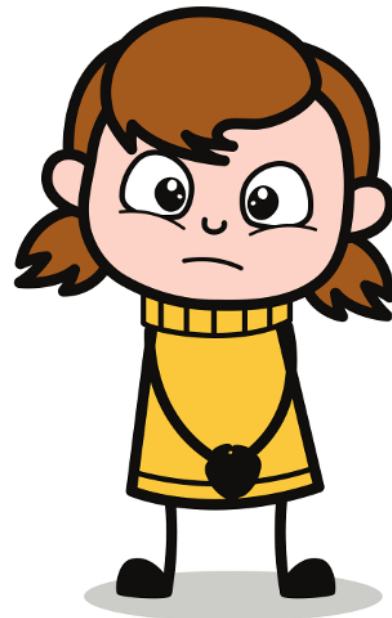
Восхищение и уважение — эмоции, прямо противоположные презрению.

Вина

Вызывает тяжелое ощущение в груди, напряженный взгляд.

Человек испытывает вину, когда понимает, что совершенный поступок был плохим, неправильным.

Это состояние, при котором мы наказываем себя за оскорбления, обиды близких людей. Возможно, никто из знакомых нас не осуждает, но мы чувствуем: нужно попросить прощения.



Эмоция правоты, уверенности противостоит вине.

Страдание, горе

Горе — эмоция, приносящая огромное количество душевной боли. Мы страдаем, когда умирает любимый домашний питомец, погибает близкий человек.

В моменты горя люди плачут, рыдают, отказываются веселиться. Обращают внимание только на неприятное событие, которое стало причиной страдания.

Это сложный процесс: иногда горе не исчезает в течение долгого времени.

Совершенно иной эмоцией называют ощущение счастья, успеха, абсолютного удовлетворения.



Предвкушение

Вы давно мечтали отправиться в путешествие, и желание становится реальностью: билеты куплены, осталось набраться терпения и подождать. Жизнь становится приятнее, вы с удовольствием проводите время в ожидании.

Знакомо? Такая эмоция называется предвкушением: ничего не произошло, но вы запланировали хорошее событие и воображаете, каким оно будет.

Человек, находящийся в предвкушении, становится энергичнее, чаще улыбается; противоположностью предвкушения является безнадежность.



Удовольствие

Позитивная эмоция, заставляющая нас улыбаться, смеяться, чувствовать кратковременное счастье.

Возникает, когда человек достигает цели (даже очень важной) — удовольствие можно получить от порции мороженого, покупки гаджета.

В отличие от радости, удовольствие не является глубокой эмоцией. Его легче получить, но оно быстро исчезает. Радость радуется своим присутствием намного дольше.

А еще удовольствие чаще связано с ощущениями, которые мы получаем с помощью органов чувств: например, приятный запах, чувство прохлады в жаркий день, мягкая подушка и др.

Противоположность — неудобство, страдание.



не

Огорчение

Это неприятная эмоция, возникающая в контакте с людьми, окружающим миром. Ее противоположность — радость.

При огорчении уголки губ опускаются вниз, человек выглядит грустным.

Огорчение рождается при нашей неудовлетворенности: вы с друзьями мечтали сходить в кафе, но когда пришли, выяснилось, что оно уже закрыто.

Эмоция огорчения не мучает нас долго: человек огорчается, но быстро понимает, что проблема не очень серьезная. Огорчение — не такая болезненная эмоция, как горе, грусть.



при

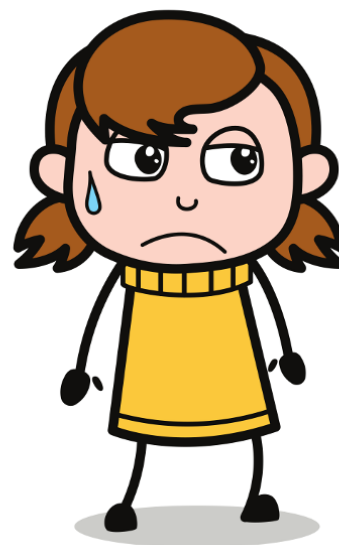
Унижение

Каждый человек обладает чувством собственного достоинства. Это ощущение ценности: «Я существую, заслуживаю любви и уважения, мои мысли и желания имеют смысл».

Когда мы находимся в коллективе (в классе, компании друзей, семье), люди могут унижить нас. Они произносят слова, которые заставляют задуматься: вдруг я плохой, глупый, уродливый, неумелый?

В момент унижения человек прячет взгляд, может покраснеть. Иногда меняется поведение: например, после злой насмешки общительный одноклассник становится тихим, замкнутым.

Эмоция, обратная унижению, — почитание, поддержка.



Зависть

Сложная эмоция, разрушающая хорошее настроение и уверенность. Противоположность дружелюбия, доброжелательности.

Возникает, когда мы сравниваем себя с другими людьми: например, одноклассница кажется умнее и красивее. Мы жалеем, что у нас нет такого же острого ума, длинных волос.

Зависть вызывает тяжесть в душе: хмурый взгляд, отсутствие улыбки. Завидующий человек живет с болью, не знает, как от нее избавиться.

Эмоцию часто используют в правильных целях — зависть заставляет развиваться, учиться. А вот злость по отношению к человеку, которому мы завидуем, пользы не принесет.



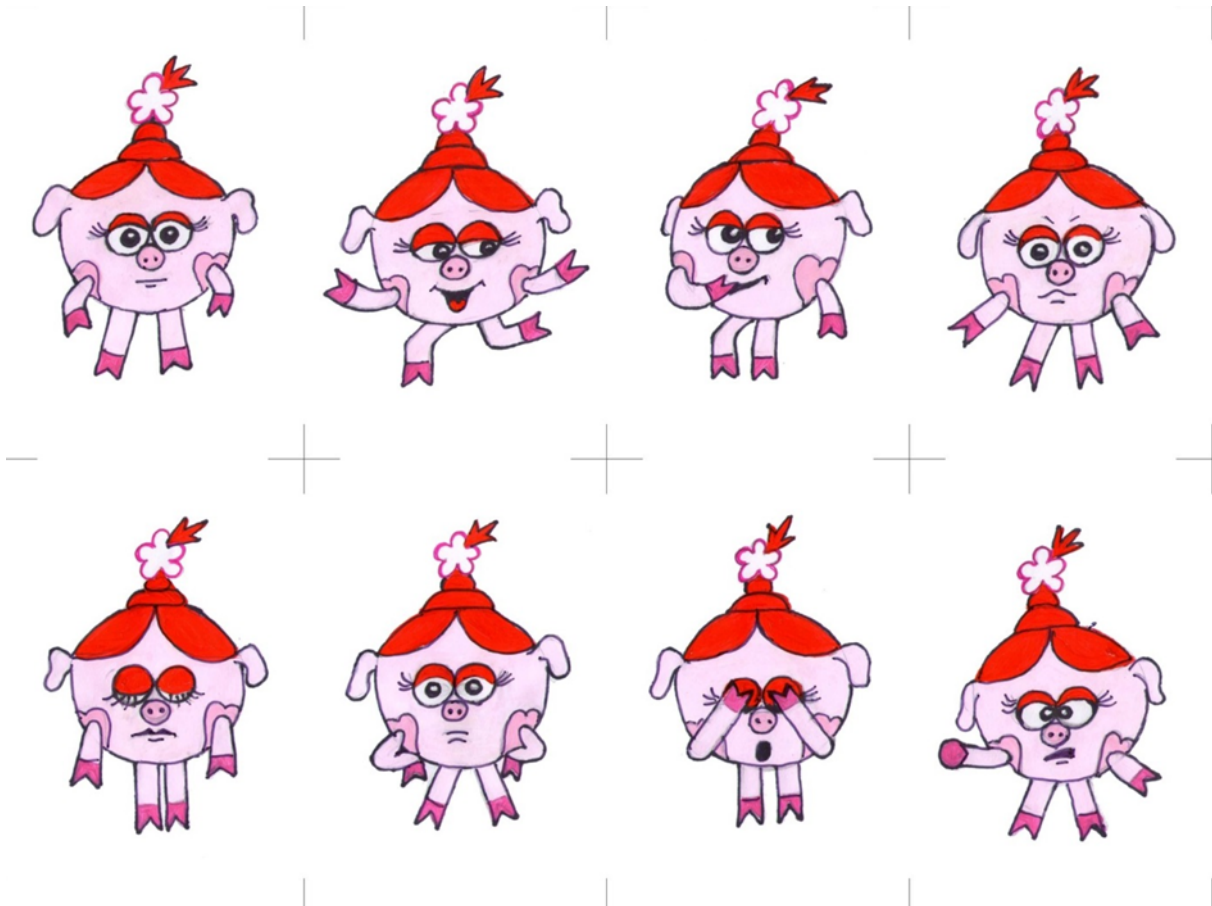
https://www.defectologiya.pro/zhurnal/slovar_emoczij_dlya_detej_doshkolnogo_vozrasta/

https://370.tvoysadik.ru/?section_id=178

Приложение: Игровое поле



Приложение : Карточки







Игра «Когда все дома»

Описание

Психологическая игра, позволяющая лучше узнать друг друга, быть ближе.

Удобный карманный формат: можно играть в дороге, закутавшись в плед на диване, в походе, на пароходе, в любую погоду и время суток.

В комплект входят четыре набора карточек:

- «О тебе и обо мне»;
- «Вопросы перед сном»;
- «Из чего наш мир состоит»;
- «Для рожденных сердцем»*.

В игру можно играть вдвоем или компанией побольше.

Начинает игру самый младший игрок и ход переходит по часовой стрелке.

Игроки по очереди берут из колоды карты таким образом, чтобы все могли видеть вопрос. Сначала отвечает тот, кто вытянул карту, затем все кто хочет ответить.

Во время игры Можно:

- ✓ Внимательно слушать друг друга;
- ✓ Поддерживать друг друга;
- ✓ Удивляться, Радоваться, Улыбаться и даже, Плакать (если очень захочется).
- ✓ Не отвечать на вопрос, если он не понравился.

Нельзя:

Высмеивать, Зло шутить, Перебивать друг друга и скучать!

Приятной Вам всем игры!

*рожденные сердцем – Приемная семья.

Приложение: карточки (отрывок)



Вопросы к игре можно заменить на свои

<p>Какое событие сегодня было самым интересным?</p>	<p>Что нового ты узнал(а) за день?</p>	<p>Что заставило тебя улыбнуться сегодня?</p>	<p>Что удивило тебя сегодня?</p>
<p>Кто-нибудь сделал что-то хорошее для тебя?</p>	<p>Ты сегодня гордился собой? Из-за чего?</p>	<p>Тебе было сегодня грустно?</p>	<p>Что сегодня было сложным или непонятным для тебя?</p>

<p>Во что ты играл(а) сегодня со своими друзьями?</p>	<p>С кем из одноклассников ты хочешь дружить, но пока не дружишь?</p>	<p>Кто-нибудь в этот день поступил несправедливо?</p>	<p>С чем ты был не согласен сегодня?</p>
<p>Что-нибудь тебя сегодня раздражало?</p>	<p>Было ли что-то, что тебя смутило?</p>	<p>Если бы сегодняшний день можно было прожить еще раз, что бы ты сделал(а) по-другому?</p>	<p>Что сегодня было необычным?</p>

<p>Если бы ты мог(ла) поменяться местами с любым человеком на свете, с кем бы ты хотел(а) поменяться местами и почему?</p>	<p>О чем ты любишь мечтать?</p>	<p>С кем ты провел(а) больше всего времени сегодня?</p>	<p>Кто заставляет тебя смеяться и почему?</p>
<p>О чем мечтаешь?</p>	<p>Как бы ты хотел(а), что бы тебя баловали?</p>	<p>Что бы ты поменял(а) в этом мире, если бы мог?</p>	<p>Каким был бы твой идеальный день?</p>

Приложение 8

«Книга отзывов и предложений»

